

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**
**Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования**
«Балтийский федеральный университет имени Иммануила Канта»
Образовательно-научный кластер «Институт образования и гуманитарных наук»
Высшая школа физической культуры и спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МОДУЛЯ

«Безопасность жизнедеятельности и основы военной подготовки»

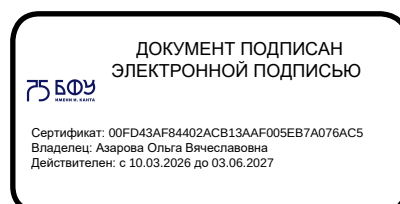
Шифр: 49.03.01

Направление подготовки: «Физическая культура»

Направленность образовательной программы: «Спортивная подготовка»

Квалификация выпускника: тренер-преподаватель

Калининград
2026



Лист согласования

Составители:

Масленников П.В., к.б.н., доцент ОНК «Институт медицины и наук о жизни (МЕДБИО)»;
Судоплатов К.А., ст. реподаватель ОНК «Институт медицины и наук о жизни (МЕДБИО)»;
Винокурова Н.В., к.б.н., доцент ОНК «Институт медицины и наук о жизни (МЕДБИО)»;
Балыко С.В., капитан 1 ранга, к.п.н., начальник военного учебного центра БФУ им. И.Канта;
Кужелев А.А., капитан 1 ранга, к.т.н., начальник учебной части - заместитель начальника
военного учебного центра БФУ им. И.Канта;
Бурдилов А.И., к.п.н., подполковник запаса, доцент ОНК «Институт образования и
гуманитарных наук».

Рабочая программа утверждена на заседании Ученого совета ОНК «Институт образования
и гуманитарных наук»

Председатель Ученого совета ОНК
«Институт образования и гуманитарных
наук» д.п.н., профессор

А.О. Бударина

Руководитель ОПОП

О.С. Коробовцева

Содержание

1. Название образовательного модуля
2. Характеристика образовательного модуля
3. Методические указания для обучающихся по освоению модуля
4. Программы дисциплин образовательного модуля
 - Программа дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»
 - Программа дисциплины «Основы военной подготовки»
5. Программа итоговой аттестации по модулю

1. Название модуля: «Безопасность жизнедеятельности и основы военной подготовки»

2. Характеристика модуля

2.1. Образовательные цели и задачи

Целью освоения модуля является формирование представления о неразрывном единстве эффективной профессиональной деятельности с требованиями к безопасности и защищенности человека, формирование навыков безопасного поведения в повседневной жизни и в экстремальных условиях, формирование способности и готовности к выполнению воинского долга и обязанности по защите своей Родины в соответствии с законодательством Российской Федерации.

2.2. Образовательные результаты

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
УК-1. Способен к формированию собственного жизненно-образовательного маршрута на основе критического мышления, целеполагания, стратегии достижения цели (в том числе в проектном типе деятельности) в условиях создания безопасной среды, с учетом традиционных российских духовно-нравственных ценностей и целей национального развития, в процессе социального взаимодействия	УК-1.15. Оценивает факторы риска и степень потенциальной опасности чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности УК-1.16. Применяет методы защиты в чрезвычайных ситуациях, навыки военной подготовки в условиях военных конфликтов в интересах Родины УК-1.17. Формирует культуру безопасного и ответственного поведения	Знать: – поражающие факторы стихийных бедствий, крупных производственных аварий и катастроф с выходом в атмосферу радиоактивных веществ (РВ) и аварийно-химически опасных веществ (АХОВ), современных средств поражения; – анатомо-физиологические последствия воздействия на человека травмирующих, вредных и опасных производственных факторов; – правовые, нормативно-технические и организационные основы «Безопасности жизнедеятельности»; – основные положения общевойсковых уставов ВС РФ; – организацию внутреннего порядка в подразделении; – основные положения Курса стрельб из стрелкового оружия; – устройство стрелкового оружия, боеприпасов и ручных гранат; – предназначение, задачи и организационно-штатную структуру общевойсковых подразделений (мотострелкового отделения, взвода, роты); – основные факторы, определяющие характер, организацию и способы ведения современного общевойскового боя; – общие сведения о ядерном, химическом и биологическом оружии, средствах его применения; – правила поведения и меры профилактики в условиях заражения радиоактивными, отравляющими веществами и бактериальными средствами; – тактические свойства местности, их влияние на действия подразделений в боевой обстановке;

		– назначение, номенклатуру и условные знаки топографических карт; – основные способы и средства оказания первой медицинской помощи при ранениях и травмах; – тенденции и особенности развития современных международных отношений, место и роль России в многополярном мире, основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития страны; – основные положения Военной доктрины РФ; – правовое положение и порядок прохождения военной службы. Уметь: – проводить контроль параметров и уровня негативных воздействий на их соответствие нормативным требованиям; – эффективно применять средства защиты от негативных воздействий; – планировать мероприятия по защите производственного персонала и населения в чрезвычайных ситуациях и при необходимости принимать участие в проведении спасательных и других неотложных работ при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций; – правильно применять и выполнять положения общевоинских уставов ВС РФ; – осуществлять разборку и сборку автомата (АК-74) и пистолета (ПМ), подготовку к боевому применению ручных гранат; – оборудовать позицию для стрельбы из стрелкового оружия; – выполнять мероприятия радиационной, химической и биологической защиты; – читать топографические карты различной номенклатуры; – давать оценку международным военно-политическим и внутренним событиям и фактам с позиции патриота своего Отечества; – применять положения нормативно-правовых актов. Владеть: – методами защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; – методами прогнозирования чрезвычайных ситуаций и предотвращения их негативных последствий; – методами повышения стрессоустойчивости; – способами управления эмоциями в экстремальных ситуациях; – строевыми приемами на месте и в движении; – навыками управления строями взвода; – первичными навыками стрельбы из стрелкового оружия; – первичными навыками подготовки к ведению общевойскового боя;

		– навыками применения индивидуальных средств РХБ защиты; – первичными навыками ориентирования на местности по карте и без карты; – навыками применения индивидуальных средств медицинской защиты и подручных средств для оказания первой медицинской помощи при ранениях и травмах; – навыками работы с нормативно-правовыми документами.

3. Методические указания для обучающихся по освоению модуля

Освоение дисциплин модуля закладывает базу для будущей сфере профессиональной деятельности. Оно должно начинаться с внимательного ознакомления с рабочими программами дисциплин, обязательными компонентами которых являются: перечень тем, подлежащих усвоению; задания; списки учебных пособий и рекомендуемой литературы; списки контрольных вопросов, заданий.

При изучении дисциплин модуля необходимо последовательно переходить от дисциплины к дисциплине, от темы к теме, следуя внутренней логике, заложенной в программе дисциплины модуля. Только так можно достичь полного понимания материала, хорошей ориентации в специальной литературе, формирования собственной точки зрения и умений практического характера. Для более глубокого и эффективного освоения дисциплин рекомендуется предварительная подготовка к занятиям.

1. Наименование дисциплины: «Безопасность жизнедеятельности».

Целью освоения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» является формирование представления о неразрывном единстве эффективной профессиональной деятельности с требованиями к безопасности и защищенности человека, формирование навыков безопасного поведения в повседневной жизни и в экстремальных условиях.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

В результате изучения дисциплины студент должен овладеть следующими результатами обучения:

Код и содержание компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
УК-1. Способен к формированию собственного жизненно-образовательного маршрута на основе критического мышления, целеполагания, стратегии достижения цели (в том числе в проектно-типе деятельности) в условиях создания безопасной среды, с учетом традиционных российских духовно-нравственных ценностей и целей национального развития, в процессе социального взаимодействия	УК-1.15. Оценивает факторы риска и степень потенциальной опасности чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности УК-1.16. Применяет методы защиты в чрезвычайных ситуациях, навыки военной подготовки в условиях военных конфликтов в интересах Родины УК-1.17. Формирует культуру безопасного и ответственного поведения	Знать: - поражающие факторы стихийных бедствий, крупных производственных аварий и катастроф с выходом в атмосферу радиоактивных веществ (РВ) и аварийно-химически опасных веществ (АХОВ), современных средств поражения; - анатомо-физиологические последствия воздействия на человека травмирующих, вредных и опасных производственных факторов; - правовые, нормативно-технические и организационные основы «Безопасности жизнедеятельности»; Уметь: - проводить контроль параметров и уровня негативных воздействий на их соответствие нормативным требованиям; - эффективно применять средства защиты от негативных воздействий; - планировать мероприятия по защите производственного персонала и населения в чрезвычайных ситуациях и при необходимости принимать участие в проведении спасательных и других неотложных работ при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций. Владеть: - методами защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; - методами прогнозирования чрезвычайных ситуаций и предотвращения их негативных последствий; - методами повышения стрессоустойчивости. Способами управления эмоциями в экстремальных ситуациях.

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» представляет собой дисциплину обязательной части.

4. Виды учебной работы по дисциплине

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы по указанному направлению и профилю, выражаются в академических часах. Часы контактной работы и самостоятельной работы обучающегося и часы, отводимые на процедуры контроля, могут различаться в учебных планах ОПОП по формам обучения. Объем контактной работы включает часы контактной аудиторной работы (лекции/практические занятия), контактной внеаудиторной работы (контроль самостоятельной работы), часы контактной работы в период аттестации. Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам

Исходя из рамок, установленных учебным планом по трудоемкости и видам учебной работы по дисциплине, преподаватель самостоятельно выбирает тематику занятий по формам и количеству часов проведения контактной работы: лекции и иные учебные занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации преподавателем и практические занятия, практикумы, и (или) групповые консультации, и (или) индивидуальную работу обучающихся с преподавателем. Рекомендуемая тематика занятий максимально полно реализуется в контактной работе с обучающимися очной формы обучения. В случае реализации образовательной программы в заочной / очно-заочной форме трудоемкость дисциплины сохраняется, однако объем учебного материала в значительной части осваивается обучающимися в форме самостоятельной работы. При этом требования к ожидаемым образовательным результатам обучающихся по данной дисциплине не зависят от формы реализации образовательной программы.

Тематика лекционных занятий

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Введение. Основные понятия, термины и определения.	Цель и содержание дисциплины, ее основные задачи, место и роль в подготовке специалиста. Основные понятия. Понятие опасности. Структура и состав опасности. Процесс идентификации опасности. Различные классификации опасностей. Аксиома о потенциальной опасности деятельности человека. Принципы достижения безопасности. Методы анализа опасности. Количественная характеристика опасности. Риск. Степень риска. Основные виды риска. Индивидуальный риск. Коллективный риск. Технический риск. Экологический риск. Социальный риск. Кривая Фармера. Экономический риск. Потенциальный территориальный риск. Профессиональный риск. Оценка травматизма и профзаболеваний на производстве. Оценка экономических потерь предприятия. Показатель сокращения продолжительности жизни, методика определения. Концепция приемлемого риска и оценка безопасности профессиональной деятельности в РФ. Мотивированный и немотивированный риск. Методы определения риска. Управление риском. Анализ риска. Качественные методы анализа опасностей и риска. Проверочный лист. Предварительный анализ опасностей.

		Анализ видов и последствий отказов. Анализ опасности и работоспособности. Анализ ошибок персонала. Причинно-следственный анализ. Анализ «дерева отказов» или «дерева причин». Анализ «дерева событий» или «дерева последствий».
2	Безопасность жизнедеятельности и природная среда. Экологические опасности. Классификация. Источники загрязнения среды обитания.	Экологическая безопасность. Критерии оценки качества окружающей среды, экологическое нормирование. Классификация нормативов качества природной среды. Основные принципы нормирования ОС. Государственные природоохранные органы РФ. Общественные природоохранные организации. Структура и краткая характеристика. Законодательство по охране природной среды РФ. Структура и основные документы. Система государственных стандартов «Охрана природы». Структура и описание. Экологическое законодательство и нормативные документы в области охраны окружающего воздуха. Основная характеристика загрязнителей атмосферного воздуха. Токсическая доза. Виды дозы. Виды ПДК для воздуха. Эффект суммации ПДК. ПДЭН. ВДК (ОБУВ). Определение и краткая характеристика понятий. Основные загрязнители атмосферного воздуха: классификация с ссылкой на ГОСТ; ПДКсс и ПДКмр. Оценка выбросов ЗВ по ЮНЕП. Критерии оценки состояния загрязнения атмосферы. КИЗА. Оценка рассеивающей способности атмосферы. Экологический мониторинг. Цель, ступени и структура. (ЕГСЭМ) РФ. Примеры. Экологическая экспертиза. Законодательная и нормативная база. Принципы экологической экспертизы. Методы экологической экспертизы. Федеральные и региональные уровни. Общественная экологическая экспертиза. Ресурсные критерии оценки состояния поверхностных вод. Экологическое законодательство и нормативные документы в области водопользования, водосбережения и безопасности водных объектов. Нормирование качества воды. Классификация водоемов и ПДК. Методы комплексной оценки загрязненности поверхностных вод. Классы качества вод в зависимости от ИЗВ и индекса сапробности S. Гидрохимический метод комплексной оценки загрязнения вод: K_i H_i, B_i, Z_c. Теория «биогеохимических провинций». Эндемические заболевания. Примеры. Общие и суммарные показатели качества вод, нормативные требования по качеству. Значение водного фактора в распространении острых кишечных инфекций и инвазий. Болезнь легионеров. Санитарно-микробиологическая оценка качества вод. Методы и объекты индикации, их общая характеристика. Показатели санитарно-микробиологической чистоты вод по СанПиНу 2.1.4.1074-01. Мероприятия, направленные на сохранение гидроресурсов. Замкнутые водооборотные системы. Кратность использования воды в обороте. Аэробная биохимическая очистка-минерализация. Анаэробная биохимическая очистка. Технология и степень эффективности очистки. Основная характеристика земельных ресурсов. Состав и структура почвы (почвенные фазы и горизонты). Минеральный состав почвы. Полидисперсность почвы. Гигиеническое и

		эпидемиологическое значение почвы. Антагонизм почвенной микрофлоры. Санитарная охрана почвы. Коэффициент концентрации химического вещества (K_i). Суммарный показатель загрязнения (Z_c). Оценочная шкала опасности загрязнения почв. Утилизация твердых и жидких бытовых отходов как экологический пример.
3	Физиология и безопасность труда, обеспечение комфортных условий жизнедеятельности. Вредные и опасные производственные факторы	Структурно-функциональные системы восприятия и компенсации организмом человека изменений факторов среды обитания. Особенности структурно-функциональной организации человека. Естественные системы человека для защиты от негативных воздействий. Характеристика нервной системы. Условные и безусловные рефлексы. Анализаторы, их строение, функции. Функциональные характеристики и роль во взаимодействии с внешней средой. Вегетативная нервная система, роль в защитных реакциях. Критические периоды в развитии ее отделов и суточном режиме. Безопасность труда. Здоровье, определение. Виды здоровья. Профилактика нарушений состояния здоровья человека. Виды профилактики. Правовые и организационные основы производственной безопасности. Правовые и нормативно-методические документы по безопасности труда. Система государственных стандартов «Охрана труда». Структура и описание. Производственная среда. Классификация вредных и опасных производственных факторов в соответствии с ГОСТом 12.0.003-74. ПДУ вредного или опасного производственного фактора. Категории работ по интенсивности энергозатрат в соответствии с Р 2.2.2006–05. Динамический стереотип как фактор, определяющий функциональные возможности организма. Работоспособность. Определение физической работоспособности при помощи теста PWC170 (Physical working capacity). Общая физическая работоспособность. Относительная работоспособность. Оценка фактического состояния условий труда и классификация условий труда по степени вредности (Р 2.2.2006–05). Динамические и статические нагрузки. Методика расчета. Физиологические изменения в организме при физической и умственной нагрузке. Производственный травматизм. Причины производственного травматизма. Профессиональные заболевания. Острые и хронические профзаболевания, их характеристика и примеры. Аттестация рабочих мест по условиям труда. Рабочая зона. Рабочее место. Условия труда. Тяжесть труда. Напряжённость труда. Методика расчета. Опасные и вредные факторы производственной среды. АПФД. Общая характеристика и классификация АПФД. Аэрозоли дезинтеграции. Аэрозоли конденсации. Действие пыли на организм человека (классификация). Фиброгенность пыли. Нормирование и оценка степени воздействия АПФД. Классификация условий труда при профессиональном контакте с АПФД в соответствии с Р 2.2.2006-05. Принцип защиты временем при воздействии АПФД. Расчет допустимого стажа работы. Наиболее вредные характеристики пыли. Воздействие пыли на различные органы и ткани человека.

		Пневмокониозы. Токсико-пылевой бронхит. Бронхиальная астма. Профилактика пылевых заболеваний. Лечебно-профилактические мероприятия. Санитарно-технические мероприятия. СИЗ. УФ-излучение. Характеристика, классификация. Гигиеническое нормирование УФ в соответствии с СН № 4557-88 и МУ № 5046-89. Классификация условий труда по Р 2.2.2006-05. Биологическая оценка ультрафиолетового облучения. Бактерицидный и эритемный поток УФ. Виды доз облученности. Пороговая доза эритемной облученности: разовая и суточная. Биодоза. Производственные источники УФ. Биологическое действие УФ. Профилактические и защитные меры. СИЗ. ИК-излучение. Характеристика, классификация. Биологическое действие. Основной закон термодинамики и расчет радиационных потерь организма. Расчет теплового облучения работающего. Гигиеническое нормирование ИК в соответствии с СанПиН 2.2.4.548-96. Категории работ (классификация по энергозатратам). Классификация условий труда по Р 2.2.2006 – 05. Определение ТНС-индекса и классы условий труда по этому показателю. Принцип защиты временем и нормирование температуры воздуха на рабочем месте выше или ниже допустимых величин. Нормирование перепадов температур на рабочих местах в зависимости от категорий. СИЗ. Свет. Основные светотехнические характеристики и гигиенические требования по освещенности к рабочему месту. Нормирование освещенности по СНиП 23-05-95 и СанПиН 2.2.1/2.1.1.1278-03. Классификация условий труда по Р 2.2.2006 – 05. Классы условий труда в зависимости от дополнительных параметров световой среды. Разряды зрительных работ. Расчет естественного и искусственного освещения (метод светового потока). Основные зрительные функции. Механизм образования близорукости. Профилактика миопии. Действие электрического тока на организм человека. Классификация видов тока по действию на человека. Факторы, влияющие на исход поражения электрическим током. Анализ опасности поражения электрическим током в различных электрических сетях (задание). Критерии электробезопасности и нормативные документы. Напряжение шага и прикосновения. Средства защиты, применяемые в электроустановках. Зануление и заземление принципиальная разница двух методов. Организация безопасности эксплуатации электроустановок. Оказание первой медицинской помощи при поражении электрическим током. Шум. Гигиеническая классификация шума. Классификация шума по ГОСТ 12.1.029-80 и ГОСТ 12.1.003-83. Основные характеристики звуковых волн. Уровень громкости звука. Гигиеническое нормирование шума по ГОСТ 12.1.003-83 и СН 2.2.4/2.1.8.562-96. Нормирование постоянного и непостоянного шума. Нормирование шума для ориентировочной оценки. Коррекция уровня звукового

		давления. Доза шума. Оценка источников шума (2 и более) одинаковых и разных по своему уровню. Количественная оценка тяжести и напряженности трудового процесса в зависимости от уровня шума. Классификация условий труда по Р 2.2.2006 – 05. Категории тяжести трудового процесса по СН 2.2.4/2.1.8.562-96. Переход от дБ к разам. Профилактика профзаболеваний. Инфразвук. Гигиеническая классификация и нормирование постоянного и непостоянного инфразвука по СН 2.2.4/2.18.583-96. ПДУ инфразвука. Биологическое действие. Профилактика. Ультразвук. Классификация и гигиеническое нормирование по СанПиН 2.2.4./2.1.8.582-96 и ГОСТ 12.1.001-89. Нормирование контактного ультразвука. Вегетативно-сенсорная полиневропатия. Биологическое действие. Профилактика профессиональных заболеваний. Электромагнитные волны. Источники электромагнитного излучения. Воздействие на организм человека. Нормирование электромагнитных полей. Напряженность ЭП и МП. Тепловой порог. Нормирование и профилактика профзаболеваний. Механические колебания. Виды вибраций и их воздействие на человека. Нормирование вибраций. Вибрационная болезнь. Профилактика. Лазерное излучение. Природа, источники и основные характеристики лазерного излучения, воздействие на организм человека и гигиеническое нормирование. Средства и методы защиты от лазерных излучений. Средства индивидуальной защиты (СИЗ). Безопасность автоматизированных объектов. Системы автоматического контроля. Психологические факторы при работе с информационными системами.
4	Принципы возникновения и классификация ЧС. Оценка, прогноз и мониторинг ЧС в РФ и за рубежом.	Общие сведения о чрезвычайных ситуациях, определение чрезвычайной ситуации, аварии, катастрофы, стихийного бедствия. Понятие аварийной и предаварийной ситуации, экстремальная ситуация, стадии чрезвычайной ситуации, классификация чрезвычайных ситуаций. Государственная концепция обеспечения безопасности в чрезвычайных ситуациях, разработка технических и организационных мероприятий, снижающих вероятность реализации поражающего потенциала современных технических систем. Подготовка объекта и обслуживающего персонала, служб МЧС и населения к действиям в условиях ЧС. Ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций: разработка плана ликвидации последствий ЧС, спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения: разведка очага поражения, локализация и тушение пожаров, розыск пострадавших, оказание пострадавшим первой помощи, санитарная обработка людей и техники, обеззараживание местности, неотложные аварийно-спасательные работы, спасательная техника и ее применение, определение материального ущерба, числа жертв и травм. Обучение персонала объекта и населения действиям в чрезвычайных ситуациях, психологическая подготовка персонала и населения к ЧС, структура МЧС Российской Федерации и их сил быстрого реагирования.

		Организация систем мониторинга, цели и задачи мониторинга, виды мониторинга, экологический мониторинг, глобальный, национальный, региональный мониторинг. Организация систем мониторинга в России, общегосударственная сеть наблюдения и контроля.
5	ЧС природного и биолого-социального характера. Стихийные бедствия, виды, характеристика, основные повреждающие факторы. Действие человека при данных ЧС.	Классификация ЧС по источнику происхождения и масштабу. Классификация природных опасностей. Геологические. Гидрологические. Метеорологические. Природные пожары. Инфекции. Наводнение, Половодье. Паводок, последствия. Классификация наводнений по признаку причин и по высоте подъема воды, ущерб и площади затопления. Защита и действие населения при угрозе и во время наводнения. Действия человека, оказавшегося в воде. Ураганы, бури, смерчи, их происхождение и последствия. Меры по обеспечению безопасности населения. Шкала Бофорта. Шкала перевода из баллов в м/с. Землетрясение. Основные параметры землетрясений, их последствия. Очаг, гипоцентр, эпицентр, эпицентральной зона (плейстосейстовая область). Изосейсты. Характеристики землетрясений: Энергия (Е), магнитуда (М), интенсивность (I), глубина гипоцентра (h). Шкала Рихтера. Шкала силы (интенсивности) землетрясений (Шкала MSK -64). Сейсмограммы. Фазы землетрясения, их отличия. Форшоки. Афтершоки. Правила безопасного поведения во время землетрясения. Обвалы, оползни и сели, их происхождение, последствия и предотвращение данных событий. Классификация и профилактические мероприятия. Действия населения при угрозе схода оползней, селей и обвалов. Лесные и торфяные пожары, их последствия и предотвращение. Классификация пожаров. Меры безопасности в зоне лесных и торфяных пожаров. Извержение вулканов. Классификация и основные поражающие факторы. Снежные лавины. Классификация. Действие человека при данных стихийных бедствиях. ЧС биолого-социального характера. Инфекционный процесс. Источник возбудителя инфекции. Эпидемический процесс. Эпидемический очаг инфекции. Эпидемия, пандемия. Старые. Новые и возвращающиеся инфекции, примеры. Механизм, факторы и основные пути передачи и проникновения возбудителя инфекции. Формы взаимодействия инфекционного агента с макроорганизмом. Острые и хронические формы. Реинфекция. Носительство инфекции. Субклиническая форма. Латентная форма. Медленная инфекция. Важнейшие свойства микроорганизмов, способных вызывать инфекционный процесс. Патогенность. Вирулентность. Адгезивность. Инвазивность. Токсигенность. Экзотоксины. Эндотоксины. Естественная классификация инфекционных болезней. Антропонозы и Зоонозы. Восприимчивый организм. Виды иммунитета. Естественный (специфический и неспецифический) и приобретенный. Иммунизация населения. Виды искусственного иммунитета.

6	ЧС техногенного характера. Аварии, взрывы, пожары, и др. Основные повреждающие факторы. Действие человека при данных ЧС.	ЧС техногенного характера. Классификация. Аварии и катастрофы. Причины возникновения пожара в жилых и общественных зданиях. Меры пожарной безопасности в быту. Пожары и взрывы, их причины и возможные последствия. Горение. Возгорание. Воспламенение. Концентрационные пределы. Методы тушения пожаров. Огнегасительные вещества. Средства пожаротушения. Первичные, стационарные и передвижные. Зоны действия взрыва. Причины взрывов. Действие взрыва на человека (действие ударной волны). Правила безопасного поведения при пожаре и угрозе взрыва. ХОО. Аварии на ХОО. АХОВ. Физико-химические свойства АХОВ влияющие на характер поражения. Поражающее действие АХОВ и пути проникновения в организм. Классификация. Характеристики действия АХОВ: токсичность, дозы, токсодозы, концентрации. Клиническая классификация АХОВ. Развитие аварии при хранении АХОВ под давлением в виде жидкости. Зона химического заражения. Очаги поражения. Продолжительность заражения. Источники опасности при авариях на ХОО. Химическая обстановка и ее оценка. Задание метеоусловий. Количество АХОВ, обусловившее ЧС. Эквивалентное количество АХОВ. Коэффициенты, используемые при расчете эквивалентного количества АХОВ. Определение эквивалентного количества вещества в первичном облаке. Определение эквивалентного количества вещества во вторичном облаке и времени испарения. Расчет глубины зоны заражения при аварии на ХОО. Определение площади зоны заражения. Определение времени подхода зараженного воздуха к заданному объекту. Определение продолжительности заражения. Защитные мероприятия на химически опасных объектах. Средства индивидуальной защиты. Способы защиты от АХОВ. Медицинская помощь пострадавшим при авариях на ХОО. Свойства аммиака и хлора, учитываемые при оказании первой помощи. Способы и средства ликвидации последствий аварий на ХОО. Радиационная безопасность. Виды и основная характеристика ионизирующих излучений. Корпускулярное и электромагнитное излучение. Источники радиационной опасности, естественные и искусственные. Радиоактивный распад. Изотопы. Радионуклиды. Период полураспада. Эффективный период полураспада. Характеристики радиационного излучения. Активность радионуклидов, виды активности. Доза излучения. Виды доз. Общая характеристика. Мощность доз. Коллективная эффективная эквивалентная доза. Полная коллективная эффективная эквивалентная доза. Понятие «уровень радиации» и «уровень (плотность) загрязнения» радионуклидом. НРБ-99. Категории облучаемых лиц. Нормирование радиационной безопасности в случае радиационной аварии. Пределы доз (ПД). Гигиеническая оценка и классификация условий труда при работе с источниками ионизирующего излучения. Максимальные потенциальные эффективные и эквивалентные дозы, их МПД.

		Допустимая мощность годовой потенциальной дозы (ДМПД). Классификация условий труда по Р 2.2.2006 – 05. Радиационная защита. РОО и зоны безопасности. Международная шкала тяжести событий на АС. Аварии на РОО. Классификация аварий. Радиационная опасность аварии. Состав выброса и воздействие излучений по стадиям аварии (стадии РА). Состав защитных мероприятий при авариях на РОО. Заблаговременные и оперативные мероприятия РЗ. Зонирование территории при авариях на РОО. ЗРА и ЗРК. Типовые режимы радиационной защиты при авариях на АС. Зона радиационного загрязнения на ранней и промежуточной стадиях аварии (ЗРА). Зонирование внутри зоны отселения по степеням фактического загрязнения местности. Зонирование на восстановительной стадии аварии РОО. ЗРА и ЗРК. Зонирование ЗРА. Вмешательство и его принципы. Классификация противорадиационных укрытий. Классификация радиопротекторов. Типовые режимы радиационной защиты при авариях АЭС. Эвакуация населения, ее предназначение, порядок проведения мероприятий при эвакуации.
7	ЧС военного времени. Оружие массового поражения. Современная классификация. Действие населения при применении ОМП.	Чрезвычайные ситуации военного времени. Ядерное оружие, его поражающие факторы, зоны разрушения, степени разрушения зданий, сооружений, технических и транспортных средств. Возникновение и развитие пожаров в городах и на объектах экономики. Зоны радиоактивного заражения при наземных ядерных взрывах, воздействие радиации и электромагнитного импульса на технические средства. Возможные поражения людей при ядерном взрыве. Планируемые спасательные и другие неотложные работы в зонах очага ядерного поражения. Химическое оружие. Классификация и токсикологические характеристики отравляющих веществ. Зоны заражения и очаги поражения. Обычные средства поражения, их характеристики, профилактика последствий применения обычных средств поражения. Биологическое оружие. Основные характеристики и защита населения при использовании данного типа оружия МП.
8	Защита населения в чрезвычайных ситуациях. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Структура	Задачи. ГО РФ и различных государств. МЧС РФ. Эвакуация. Особенности, задачи. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС): задачи и структура. Территориальные подсистемы РСЧС. Функциональные подсистемы РСЧС. Уровни управления и состав органов по уровням. Координирующие органы, органы управления по делам ГО и ЧС, органы повседневного управления. Гражданская оборона, ее место в системе общегосударственных мероприятий гражданской защиты. Структура ГО в РФ. Задачи ГО, руководство ГО, органы управления ГО, силы ГО, гражданские организации ГО. Структура ГО на промышленном объекте. Планирование мероприятий по гражданской обороне на объектах. Организация защиты в мирное и военное время, способы защиты, защитные сооружения, их классификация.

		Оборудование убежищ. Быстровозводимые убежища. Простейшие укрытия. Противорадиационные укрытия. Укрытие в приспособленных и специальных сооружениях. Организация укрытия населения в чрезвычайных ситуациях. Особенности и организация эвакуации из зон чрезвычайных ситуаций. Мероприятия медицинской защиты. Средства индивидуальной защиты и порядок их использования.
9	Управление безопасностью жизнедеятельности. Нормативно-техническая документация	Вопросы безопасности жизнедеятельности в законах и подзаконных актах. Охрана окружающей среды. Нормативно-техническая документация по охране окружающей среды. Международное сотрудничество по охране окружающей среды. Мониторинг окружающей среды в РФ и за рубежом. Правила контроля состояния окружающей среды. Законодательство о труде. Законодательные акты директивных органов. Подзаконные акты по охране труда. Чрезвычайные ситуации в законах и подзаконных актах. Государственное управление в чрезвычайных ситуациях.
10	Безопасность на транспорте	Федеральный закон от 10.12.1995 N 196-ФЗ О безопасности дорожного движения. Обучение правилам безопасного поведения на автомобильных дорогах. Классификация видов опасностей на транспорте (наземный, железнодорожный, водный, воздушный транспорт). Причины опасных ситуаций на транспорте. Правила дорожного движения для: пешехода, пассажира, велосипедиста. Распознавание ситуаций криминогенного характера, ситуаций угрозы террористического акта на транспорте. Предупреждение возникновения сложных и опасных ситуаций. Оказание первой помощи (элементы первой помощи) при неотложных состояниях. Вызов экстренной службы. Помощь при дорожно-транспортном происшествии. Назначение правил дорожного движения, история их возникновения и развития. Общие правила движения пешеходов. Правило движения Юлия Цезаря в древнем Риме. Первые правила в России. Первые автомобильные правила во Франции. Международная конвенция по дорожному движению. Первые советские правила дорожного движения. Единые правила дорожного движения на территории СССР. Правила дорожного движения РФ. Ответственность за несоблюдение правил движения. ГИБДД — гарант обеспечения порядка и бесперебойного движения транспорта и пешеходов. Порядок движения пешеходов по улицам и дорогам. Организация движения организованных пеших колонн. Правила перехода улиц и дорог. Организация движения групп детей. Элементы улиц и дорог. Перекрестки и их виды. Правила пользования общественным транспортом. Правила перевозки детей на общественном и личном транспорте. Перевозка детей на грузовом транспорте. Посадка и высадка детей, поведение в транспортном средстве. Где запрещается перевозить детей? Способы регулирования дорожного движения. Назначение сигналов светофора для регулирования движения пешеходов и транспорта. Регулировщик — основной способ регулирования при заторах и неисправностях светофора. Дорожные знаки как

		один из способов регулирования дорожного движения. Дорожная разметка и ее характеристики. Виды дорожной разметки и ее назначение для регулирования движения транспорта и пешеходов. Горизонтальная разметка. Вертикальная разметка. Тормозной и остановочный путь автомобиля. Время реакции водителя, время реакции тормозов. Формула остановочного и тормозного пути. Зависимость тормозного и остановочного пути от состояния покрытия, тормозных систем, скорости движения и массы транспортного средства. Виды светофоров. Транспортные светофоры. Пешеходные светофоры. Порядок перехода и проезда улиц и дорог по сигналам транспортного и пешеходного светофоров. Назначение и виды транспортных средств. Механические и немеханические транспортные средства. Механические транспортные средства в экономике страны. Полуприцепы, прицепы и гужевые повозки. Велосипед и мопед. Специальный транспорт и особенности его движения. Применение специальных сигналов на транспортных средствах. Предупредительные сигналы, подаваемые водителями световыми приборами и рукой. Действия очевидцев дорожно-транспортных происшествий. Назначение и группы дорожных знаков. Предупреждающие знаки и их роль в регулировании движения транспорта и пешеходов, значение знаков приоритета. Запрещающие знаки. Предписывающие знаки и их характеристика. Информационно-указательные знаки и знаки сервиса. Предназначение знаков дополнительной информации (табличек). Причины дорожно-транспортных происшествий. Дорожно-транспортные происшествия: по вине пешеходов, водителей, велосипедистов, состояния дороги и погодных условий. Мероприятия, проводимые по их устранению. Назначение номерных, опознавательных и предупредительных знаков и надписей на транспортных средствах. Меры ответственности пешеходов и водителей за нарушение ПДД. Правила движения для велосипедиста, мотоциклиста. Обязанности водителя. Дополнительные требования к движению велосипедов, мопедов. Оказание первой помощи при дорожно-транспортных происшествиях. Правила перевозки травмированных.
11	Медико-биологические и психологические основы безопасности жизнедеятельности	Оказание первой медицинской помощи утопающему. Искусственная вентиляция легких. Ушиб. Признаки ушиба. Растяжения. Признаки растяжения. Вывих. Признаки. Перелом. Виды переломов. Признаки. Наиболее частые осложнения переломов. Первая медицинская помощь при растяжениях, переломах и вывихах. Имобилизация и средства её достижения. Оказание первой медицинской помощи при термических и химических ожогах. Классификация ожогов. Оценка площади ожога. Ожоговая болезнь. Стадии. Ожоговый шок. Острая ожоговая токсемия, ожоговая септикотоксемия, реконвалесценция. Первая медицинская помощь при отравлении СДЯВ и ОВ. Классификация. Действие на организм человека. Первая

		медицинская помощь. Сердечно-сосудистая недостаточность – обморок, коллапс, шок. Оказание первой медицинской и доврачебной помощи. Кома. Первая медицинская и доврачебная помощь. Виды, классификация, диагностика и оказание первой помощи при кровотечениях. Кровопотеря. Наложение жгута. Раны. Правила и приемы наложения повязок. Первая медицинская помощь при отморожении. Физиологические изменения и признаки отморожения. Классификация поражений. Действие электрического тока на человека. Термическое. Электролитическое. Биологическое. Электрический ожог. Классификация и виды ожогов. Электрические знаки. Электрический удар. Классификация. Возможные пути тока через тело человека. Первая медицинская помощь при поражении электрическим током. Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударах, признаки поражения. Понятие и определения здоровья. Общебиологическое здоровье. Популяционное. Индивидуальное. Факторы, влияющие на здоровье людей. Первичная, вторичная и третичная профилактика нарушений состояния здоровья. Психологическая устойчивость в чрезвычайных ситуациях. Норма психологического здоровья, психология риска, регуляция психологического состояния, психологическое воздействие на людей обстановки чрезвычайной ситуации, идентифицированные личности, психологический портрет, социально-психологические отклонения в чрезвычайных ситуациях, дезадаптированность личности, посттравматические расстройства

6. Рекомендуемая тематика учебных занятий в форме контактной работы

Рекомендуемая тематика учебных занятий *лекционного* типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

№ п/п	Наименование темы	Тематика самостоятельных работ
1	Тема № 1. Введение. Основные понятия, термины и определения	Методы определения риска. Управление риском. Анализ риска. Качественные методы анализа опасностей и риска. Причинно-следственный анализ.
2	Тема № 2 Безопасность жизнедеятельности и природная среда. Экологические опасности. Классификация. Источники загрязнения среды обитания	Основная характеристика земельных ресурсов. Состав и структура почвы (почвенные фазы и горизонты). Минеральный состав почвы. Гигиеническое и эпидемиологическое значение почвы. Санитарная охрана почвы. Оценочная шкала опасности загрязнения почв. Утилизация твердых и жидких бытовых отходов как экологический пример.
3	Тема № 3. Физиология и безопасность труда, обеспечение комфортных условий жизнедеятельности. Вредные и опасные произв. факторы	Структурно-функциональные системы восприятия и компенсации организмом человека изменений факторов среды обитания. Естественные системы человека для защиты от негативных воздействий. Характеристика нервной системы. Условные и безусловные

		рефлексы. Анализаторы, их строение, функции. Вегетативная нервная система, роль в защитных реакциях.
4	Тема № 4. Принципы возникновения и классификация ЧС. Оценка, прогноз и мониторинг ЧС в РФ и за рубежом	Организация систем мониторинга, цели и задачи мониторинга, виды мониторинга, экологический мониторинг, глобальный, национальный, региональный мониторинг. Организация систем мониторинга в России, общегосударственная сеть наблюдения и контроля.
5	Тема № 5. ЧС природного и биолого-социального характера. Стихийные бедствия, виды, характеристика, основные повреждающие факторы. Действие человека при данных ЧС	ЧС биолого-социального характера. Инфекционный процесс. Источник возбудителя инфекции. Эпидемический процесс. Эпидемический очаг инфекции. Эпидемия, пандемия. Старые. Новые и возвращающиеся инфекции, примеры. Механизм, факторы и основные пути передачи и проникновения возбудителя инфекции. Формы взаимодействия инфекционного агента с макроорганизмом.
6	Тема № 6. ЧС техногенного характера. Аварии, взрывы, пожары, и др. Основные повреждающие факторы. Действие человека при данных ЧС	ЧС техногенного характера. Классификация. Аварии и катастрофы. Причины возникновения пожара в жилых и общественных зданиях. Меры пожарной безопасности в быту. Пожары и взрывы, их причины и возможные последствия. Горение. Возгорание. Воспламенение. Концентрационные пределы. Методы тушения пожаров.
7	Тема № 7. ЧС военного времени. Оружие массового поражения. Современная классификация. Действие населения при применении ОМП	Биологическое оружие. Основные характеристики и защита населения при использовании данного типа оружия.
8	Тема № 8. Защита населения в чрезвычайных ситуациях. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Структура. Задачи. ГО РФ и различных государств. МЧС РФ. Эвакуация. Особенности, задачи	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС): задачи и структура. Территориальные подсистемы РСЧС. Функциональные подсистемы РСЧС. Уровни управления и состав органов по уровням.
9	Тема № 9. Управление безопасностью жизнедеятельности. Противодействие терроризму и экстремизму.	Вопросы безопасности жизнедеятельности в законах и подзаконных актах. Охрана окружающей среды. Нормативно-техническая документация по охране окружающей среды. Международное сотрудничество по охране окружающей среды. Мониторинг окружающей среды в РФ и за рубежом. Правила контроля состояния окружающей среды. Законодательство о труде. Противодействие терроризму и экстремизму.
10	Тема № 10. Безопасность на	Федеральный закон от 10.12.1995 N 196-ФЗ О

	транспорте.	безопасности дорожного движения. Обучение правилам безопасного поведения на автомобильных дорогах. Классификация видов опасностей на транспорте (наземный, железнодорожный, водный, воздушный транспорт). Причины опасных ситуаций на транспорте. Правила дорожного движения для: пешехода, пассажира, велосипедиста. Распознавание ситуаций криминогенного характера, ситуаций угрозы террористического акта на транспорте. Предупреждение возникновения сложных и опасных ситуаций. Оказание первой помощи (элементы первой помощи) при неотложных состояниях. Вызов экстренной службы. Помощь при дорожно-транспортном происшествии.
11	Тема № 10. Медико-биологические и психологические основы безопасности жизнедеятельности	Психологическая устойчивость в чрезвычайных ситуациях. Норма психологического здоровья, психология риска, регуляция психологического состояния, психологическое воздействие на людей обстановки чрезвычайной ситуации, идентифицирование личности, психологический портрет, социально-психологические отклонения в чрезвычайных ситуациях, дезадаптированность личности, посттравматические расстройства.

Рекомендуемая тематика *практических* занятий

Чрезвычайные ситуации природного характера	
1	Наводнение. Половодье. Паводок, последствия. Классификация наводнений по признаку причин и по высоте подъема воды, ущерба и площади затопления. Защита и действие населения при угрозе и во время наводнения. Действия человека, оказавшегося в воде.
2	Землетрясения, основные параметры землетрясений, их последствия. Гипоцентр, эпицентр. Магнитуда. Энергия. Интенсивность. Глубина гипоцентра. Шкала MSK-64, шкала Рихтера. Правила безопасного поведения во время землетрясения.
3	Ураганы, бури, смерчи, тайфуны их происхождение и последствия. Меры по обеспечению безопасности населения. Шкала Бофорта. Цунами. Причины возникновения. Характеристика природного явления. Действие человека при данном стихийном бедствии.
4	Извержение вулканов. Снежные лавины. Обвалы, оползни и сели, их происхождение, последствия и предотвращение данных событий. Действия населения.
Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита от них характера	
5	Пожары, их причины и возможные последствия. Основные поражающие факторы. Горение. Возгорание. Воспламенение. Методы тушения пожаров. Классификация средств. Огнетушительные вещества. Средства пожаротушения. Классификация. Первичные, стационарные и передвижные.
6	Меры пожарной безопасности в быту. Поведение человека в данной ситуации. Первая медицинская и доврачебная помощь. Лесные и торфяные пожары, их последствия и предотвращение. Классификация пожаров. Меры безопасности в зоне лесных и торфяных пожаров.
7	Взрывы и их последствия. Зоны действия взрыва. Действие взрыва на человека

	(действие ударной волны) и здания. Концентрационные пределы. Правила безопасного поведения при угрозе взрыва. Поведение человека в данной ситуации. Первая медицинская и доврачебная помощь.
8	Химически опасные объекты производства, возможные последствия при авариях на химически опасных объектах, правила поведения. Хронические и острые интоксикации. Первая медицинская и доврачебная помощь при отравлении СДЯВ (сильнодействующими ядовитыми веществами) и ОВ (отравляющими веществами). Поведение человека в данной ситуации.
9	Аварии на радиационно-опасных объектах, возможные последствия облучения людей, ОЛБ (острая лучевая болезнь). Профилактика лучевых поражений. Первая медицинская и доврачебная помощь. Виды ионизирующих излучений, их основные характеристики. Правила поведения при радиационных авариях.
10	Транспортные аварии и их последствия. Безопасное поведение человека. Оказание первой медицинской помощи. Действие пассажиров при аварии на железнодорожном транспорте. Аварийные и опасные ситуации в метрополитене. Безопасное поведение человека. Оказание первой медицинской помощи.
11	Опасные и аварийные ситуации на воздушном и водном транспорте. Действие пассажиров. Оказание первой медицинской помощи.
Принципы обеспечения безопасности населения и территорий в ЧС мирного и военного времени	
12	Ядерное оружие, его боевые свойства и поражающие факторы. Классификация поражающих факторов ядерного взрыва и защита от их действия человека. Виды ядерных взрывов. След от радиоактивного облака. Зоны поражения. Средства индивидуальной и коллективной защиты.
13	Химическое оружие. Классификация по характеру токсического действия ОВ. Нервнопаралитические. Кожно-нарывные. Удушающие. Общеядовитые. Психохимические. Раздражающие. Классификация отравляющих веществ в зависимости от характера поражающего действия. Защита. Средства индивидуальной и коллективной защиты.
14	Бактериологическое оружие. Защита от поражающих факторов. Способы применения. Эвакуация населения при ЧС, ее предназначение, порядок проведения мероприятий при эвакуации.
15	Современные и обычные средства поражения и защита от них. Классификация. Осколочные. Фугасные. Кумулятивные. Зажигательные. Объемного взрыва. Высокоточное оружие. Разведывательно-ударные комплексы. Управляемые авиационные бомбы. Средства индивидуальной и коллективной защиты.
16	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов. Виды убежищ. Размещение и правила поведения людей в защитном сооружении. Средства индивидуальной защиты (СИЗ). СИЗ кожи. Медицинские средства индивидуальной защиты. Аптечка индивидуальная АИ-2. Индивидуальные противохимические пакеты. Организация и проведение санитарной обработки людей.
Санитарно-гигиенические и противоэпидемические мероприятия в ЧС	
17	Иммунный статус человека. Органы иммунной системы. Понятия иммунная система и антигены. Вакцины, сыворотки. Иммунодефициты первичные и вторичные. Классификация. ВИЧ-инфекция как модель вторичного иммунодефицита. Профилактика СПИДа. Первая помощь.
18	Заболевания бронхолегочной системы (бронхит, плеврит, пневмония, рак легкого, пневмоторакс, пневмокониозы, эмфизема легких). Наблюдение и уход за больными с заболеваниями органов дыхания.
19	Туберкулез. Классификация. Клиническая характеристика. Вакцина БЦЖ Значение

	реакции Манту. Наблюдение и уход за больными.
20	Алкоголь и его влияние на физическое и психическое здоровье человека. Профилактика алкогольной зависимости. Курение и его влияние на здоровье курящего и окружающих (пассивное курение). Способы профилактики и отказа от курения.
21	Наркотические вещества и их влияние на физическое и психическое здоровье человека. Профилактика наркотической зависимости.
22	Функциональная анатомия органа зрения. Дальновзоркость и близорукость. Травмы глаза. Первая помощь. Профилактика заболеваний. Функциональная анатомия органа слуха. Основные нарушения. Профилактика.
23	Клинико-эпидемиологическая характеристика группы кишечных инфекций. Холера. Брюшной тиф. Сальмонеллез. Ботулизм. Дизентерия. Полиомиелит. Болезнь Боткина. Профилактика и оказание первой медпомощи.
24	Клинико-эпидемиологическая характеристика группы инфекций дыхательных путей. Грипп. Натуральная оспа. Эпидемический менингит. Эпидемический паротит (свинка). Энцефалиты вирусной этиологии. Профилактика и оказание первой медпомощи.
25	Клинико-эпидемиологическая характеристика группы инфекций дыхательных путей. Воспаление легких (пневмония). Ангина. Скарлатина. Дифтерия. Корь. Коклюш. ОРВИ. Профилактика и оказание первой медпомощи.
26	Клинико-эпидемиологическая характеристика группы кровяных инфекций. Сыпной тиф. Клещевой энцефалит, малярия. Профилактика и оказание первой медпомощи.
27	Детские инфекционные болезни. Корь и краснуха. Профилактика и оказание первой медпомощи. Профилактика и оказание первой медпомощи.
28	Клинико-эпидемиологическая характеристика группы инфекций наружных покровов. Бешенство. Столбняк. Сибирская язва. Ящур. Профилактика и оказание первой медпомощи.
Медицинская характеристика состояний, требующих оказания первой медицинской помощи, и методы оказания первой медицинской помощи	
29	Основные заболевания системы крови (анемия, лейкоз, лимфолейкоз, метгемоглобинемия). Первая помощь. Механизмы системы свертывания крови. Гемофилия. Первая помощь.
30	Раны. Виды ран. Повязка. Перевязка. Правила наложения и перевязки. Первая помощь при кровотечениях. Виды кровотечений. Методы остановки кровотечений. Наложение кровоостанавливающего жгута.
31	Сосудистая недостаточность. Обморок. Коллапс. Кома, виды комы. Атеросклероз. Вегетативно-сосудистая дистония. Артериальная гипертензия. Гипертонический криз. Диагностика. Характеристика и первая медицинская помощь при данных ситуациях.
32	Ишемическая болезнь сердца. Инфаркт миокарда. Стенокардия. Аритмия сердца. Диагностика. Ушибы сердца. Диагностика. Первая помощь. Терминальное состояние. Агония. Клиническая и биологическая смерть.
33	Тепловой удар. Солнечный удар. Термические ожоги и ожоговая болезнь. Первая медицинская и доврачебная помощь.
34	Поражение электрическим током. Первая медицинская и доврачебная помощь. Действие электрического тока на человека. Термическое. Электролитическое. Биологическое. Электрический ожог. Классификация и виды ожогов. Электрические знаки. Электрический удар. Классификация. Возможные пути тока через тело человека. Первая медицинская помощь при поражении электрическим током.
35	Химические ожоги. Отморожение и общее замерзание. Первая медицинская и

	доврачебная помощь. Укусы ядовитых змей и насекомых. Первая медицинская и доврачебная помощь.
36	Острые и хронические отравления. Принципы оказания первой медицинской помощи при различных отравлениях.
37	Ушибы, растяжения и разрывы мягких тканей, переломы и вывихи. Первая медицинская и доврачебная помощь. Порядок наложения шины. Первая помощь. Инородные предметы в дыхательных путях. Острая дыхательная недостаточность. Наблюдение и уход за больными с заболеваниями органов дыхания. Оказание первой медицинской помощи при утоплении.
38	Понятие шока. Травматический шок. Фазы и степени шока. Первая медицинская и доврачебная помощь. Синдром длительного сдавливания. Клиническая картина. Первая медицинская и доврачебная помощь. Доврачебная реанимационная помощь. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Методика. Прямой массаж сердца.
Чрезвычайные ситуации (ЧС) социального характера	
39	Массовые беспорядки их сущность и характер проявления. Город как среда повышенной опасности. Толпа, виды толпы. Паника. Массовые погромы. Массовые зрелища и праздники. Безопасность в толпе. Процесс воздействия субъекта социальной ЧС на Россию и ее регионы.
40	Чрезвычайные ситуации (ЧС) криминального характера и защита от них. Кража. Мошенничество. Правила поведения в случаях посягательства на жизнь и здоровье (нападение на улице, приставания пьяного, изнасилование, нападение в автомобиле, опасность во время ночной остановки). Предупреждение криминальных посягательств в отношении детей.
41	Необходимая самооборона в криминальных ситуациях (правовые основы самообороны, основные правила самообороны, средства самозащиты и их использование).
Сущность и содержание информационной безопасности	
42	Формы методы и способы обеспечения информационной безопасности. Основы защиты деловой информации и сведений, составляющих государственную и служебную коммерческую тайны. Методы и средства защиты электронной информации. Информационные технологии и здоровье. Сотовая радиотелефонная связь.
Экономическая безопасность социально-экономических систем	
43	Система обеспечения экономической безопасности личности. Государственная стратегия в сфере обеспечения экономической безопасности личности: сущность и комплекс мер по ее обеспечению. Основные направления обеспечения экономической безопасности личности: кредитование физических лиц, инвестирование, страхование человека и имущества, защита авторских прав, защита прав потребителей.
Биологические опасности	
44	Микроорганизмы. Виды патогенных микробов. Рост и размножение микроорганизмов. Бактериологическое нормирование. Грибы, растения и животные, представляющие опасность для человека.
Техногенные опасности	
45	Ионизирующие излучения (ИИ). Физика радиоактивности. Закон радиоактивного распада. Биологическое действие ионизирующих излучений. Дозиметрические величины и единицы их измерений. Источники излучения. Измерение ИИ.

	Нормирование радиационной безопасности. Защита от излучений.
Экологические опасности	
46	Состояние среды обитания. Критерии оценки качества окружающей среды. Экологическое нормирование. Источники экологических опасностей (тяжелые металлы, пестициды, диоксины, соединения серы, фосфора и азота, фреоны). Воздух как фактор среды обитания. Критерии оценки состояния загрязнения атмосферы. Комплексный индекс загрязнения атмосферы (КИЗА).
47	Вода как фактор среды обитания. Физиологическое и гигиеническое значение воды. Заболевания, связанные с изменением солевого и микроэлементного состояния воды. Вода как путь передачи инфекционных заболеваний. Влияние хозяйственно-бытовой и производственной деятельности человека и свойства природных вод. Показатели качества воды. Нормирование и нормативные акты в области охраны водной среды. Защита воды. Классификация водоемов и ПДК.
48	Государственные и общественные природоохранные организации. Стратегия экологического развития.
49	Почва как фактор среды обитания. Роль почвы в передаче инфекционных заболеваний. Процессы самоочищения почвы. Санитарная охрана почвы.
Органы системы МЧС России в системе органов исполнительной власти	
50	МЧС. Роль, место и задачи «Министерства РФ по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий» (МЧС) в современных условиях. Общая организация МЧС РФ. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Задачи и структура. Территориальные подсистемы РСЧС, уровни управления и состав органов по уровням. Гражданская оборона (ГО), ее место в системе общегосударственных мероприятий гражданской защиты. Структура, состав и задачи ГО РФ. Государственная инспекция по маломерным судам (ГИМС). Главные задачи и структура ГИМС. Государственная противопожарная служба (ГПС). Главные задачи и структура.

На практических занятиях решаются задачи по теме занятия.

Практические занятия проводятся в интерактивной форме или в виде семинаров, где обсуждаются ключевые и наиболее сложные вопросы. Работа на практических занятиях оценивается преподавателем по итогам подготовки и выполнения студентами практических заданий, активности работы в группе и самостоятельной работе.

Пропуск практических занятий предполагает отработку по пропущенным темам (подготовка письменной работы, с ответами на вопросы, выносимые на семинар).

Неотработанный (до начала экзаменационной сессии) пропуск более 50% практических занятий по курсу является основанием для не допуска к итоговой аттестации по дисциплине.

Требования к самостоятельной работе обучающихся.

Работа с лекционным материалом, предусматривающая проработку конспекта лекций и учебной литературы, по всем темам из п. 6 настоящей рабочей программы.

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные

выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые модули, разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций (текущий контроль по дисциплине)
Тема № 1. Введение. Основные понятия, термины и определения	УК-1	Опрос, тестирование.
Тема № 2 Безопасность жизнедеятельности и природная среда. Экологические опасности. Классификация. Источники загрязнения среды обитания	УК-1	Опрос, тестирование
Тема № 3. Физиология и безопасность труда, обеспечение комфортных условий жизнедеятельности. Вредные и опасные произв. факторы	УК-1	Опрос, тестирование
Тема № 4. Принципы возникновения и классификация ЧС. Оценка, прогноз и мониторинг ЧС в РФ и за рубежом	УК-1	Опрос, тестирование, реферат

Тема № 5. ЧС природного и биолого-социального характера. Стихийные бедствия, виды, характеристика, основные повреждающие факторы. Действие человека при данных ЧС	УК-1	Опрос, тестирование, защита реферата.
Тема № 6. ЧС техногенного характера. Аварии, взрывы, пожары, и др. Основные повреждающие факторы. Действие человека при данных ЧС	УК-1	Опрос, тестирование, защита реферата.
Тема № 7. ЧС военного времени. Оружие массового поражения. Современная классификация. Действие населения при применении ОМП	УК-1	Опрос, тестирование, защита реферата.
Тема № 8. Защита населения в чрезвычайных ситуациях. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Структура. Задачи. ГО РФ и различных государств. МЧС РФ. Эвакуация. Особенности, задачи	УК-1	Опрос, тестирование, защита реферата.
Тема № 9. Управление безопасностью жизнедеятельности. Противодействие терроризму и экстремизму.	УК-1	Опрос, тестирование, защита реферата.
Тема № 10. Безопасность на транспорте.	УК-1	Опрос, тестирование, защита реферата.
Тема № 11. Медико-биологические и психологические основы безопасности жизнедеятельности	УК-1	Опрос, тестирование, защита реферата.

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности процессе текущего контроля

Примеры тестовых задания для самоконтроля

Целью тестирования является закрепление, углубление и систематизация знаний студентов, полученных на лекциях и в процессе самостоятельной работы; проведение тестирования позволяет ускорить контроль за усвоением знаний и объективизировать процедуру оценки знаний студента.

Тема № 1. Введение. Основные понятия, термины и определения

1. Интегральным показателем безопасности жизнедеятельности является...
 - 1) смертность людей;
 - 2) продолжительность жизни человека;
 - 3) уровень жизни человека;
 - 4) здоровье людей.
2. Безопасность - это
 - 1) состояние деятельности, при котором с определённой вероятностью исключено проявление опасности;
 - 2) присутствие чрезмерной опасности;
 - 3) защищённость человека от социальных опасностей;
 - 4) отсутствие военных действий.

Тема № 2 Безопасность жизнедеятельности и природная среда. Экологические опасности. Классификация. Источники загрязнения среды обитания

1. Потенциальной опасностью называется возможность воздействия на человека _____ факторов.

- 1) личностных
- 2) производственных
- 3) неблагоприятных или несовместимых с жизнью
- 4) социальных

2. К непрогнозируемым внезапным относятся чрезвычайные ситуации _____ характера.

- 1) политического;
- 2) природного, техногенного;
- 3) социального, экологического;
- 4) индивидуального.

Тема № 3. Физиология и безопасность труда, обеспечение комфортных условий жизнедеятельности. Вредные и опасные произв. факторы

1. Вредный фактор – это фактор, воздействие которого на человека в определенных условиях вызывает:

- 1) смерть;
- 2) нарушения самочувствия;
- 3) травму;
- 4) снижения работоспособности или заболевание.

2. Вероятность реализации опасностей называется:

- 1) аварией;
- 2) риском;
- 3) катастрофой;
- 4) ущербом.

Тема № 4. Принципы возникновения и классификация ЧС. Оценка, прогноз и мониторинг ЧС в РФ и за рубежом

1. Безопасность жизнедеятельности – это...

- 1) состояние защищённости национальных интересов;
- 2) область научных знаний, изучающая опасности и способы защиты от них человека в любых условиях его обитания;

3) этапы развития человека;

4) расширения техносферы.

2. Опасность – это..

- 1) любые явления, процессы, объекты, угрожающие жизни и здоровью человека;
- 2) исключение нежелательных последствий;
- 3) неотъемлемая отличительная черта деятельности человека;
- 4) любые явления, вызывающие положительные эмоции.

Тема № 5. ЧС природного и биолого-социального характера. Стихийные бедствия, виды, характеристика, основные повреждающие факторы. Действие человека при данных ЧС

1. Наука, изучающая землетрясения, называется ...

- 1) Топографией;
- 2) Сейсмологией;
- 3) Гидрологией;
- 4) Геологией.

2. Ветер большой разрушительной силы, значительной продолжительности скоростью 32 м/с называется ...

- 1) Ураганом;
- 2) Вихрем;
- 3) Торнадо;
- 4) Смерчем.

Тема № 6. ЧС техногенного характера. Аварии, взрывы, пожары, и др. Основные повреждающие факторы. Действие человека при данных ЧС

1. Неконтролируемый, стихийно развивающийся процесс горения, сопровождающийся уничтожением материальных ценностей и создающий опасность для жизни людей, называется ...

- 1) Вспышкой;
 - 2) Возгоранием;
 - 3) Пожаром;
 - 4) Огнем.
2. Вещества и смеси, поражающие высокой температурой, относятся к _____ оружию.
- 1) химическому;
 - 2) биологическому;
 - 3) инфразвуковому;
 - 4) зажигательному.

Тема № 7. ЧС военного времени. Оружие массового поражения. Современная классификация. Действие населения при применении ОМП

1. В случае возникновения ЧС в школе учитель, в первую очередь, обязан ...
- 1) ожидать дальнейших указаний;
 - 2) эвакуировать учащихся;
 - 3) собрать ценные документы и вещи;
 - 4) укрыться в защитном сооружении.
2. Опасность определенного вида для отдельного индивидуума характеризует риск:
- 1) социальный;
 - 2) инженерный;
 - 3) индивидуальный;
 - 4) модельный.

Тема № 8. Защита населения в чрезвычайных ситуациях. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Структура. Задачи. ГО РФ и различных государств. МЧС РФ. Эвакуация. Особенности, задачи

1. Катастрофа – это:
- 1) крупная авария с большим материальным ущербом;
 - 2) авария с материальным ущербом и человеческими жертвами;
 - 3) авария с человеческими жертвами;
 - 4) внезапное событие, которое возникло в результате действий человека или опасного природного явления...
2. В дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» важнейшими понятиями являются:
- 1) среда обитания;
 - 2) деятельность;
 - 3) опасность и безопасность;
 - 4) экология.

Тема № 9. Терроризм как реальная угроза безопасности в современном обществе

1. Правила поведения, которых следует придерживаться при захвате террористами:

- 1) выполнять команды террористов, не пытаться встать, покинуть свое место
 - 2) не выполнять команды террористов, пытаться встать, покинуть свое место
 - 3) злить террористов, впадать в истерику, кричать, звать на помощь
2. Совершение действий, создающих опасность гибели людей, причинения значительного имущественного ущерба либо наступления иных общественно опасных последствий, а также угроза совершения указанных действий в тех же целях называется ...
- 1) терроризмом;
 - 2) бандитизмом;
 - 3) экстремизмом;
 - 4) преступной акцией.

Тема № 10.

1. Как должен поступить пешеход, стоящий у края проезжей части, при приближении транспортного средства с включенным проблесковым маячком и специальным звуковым сигналом?

- 1) Как можно скорее перейти проезжую часть.
- 2) Воздержаться от перехода проезжей части.
- 3) Действовать по ситуации.

2. Как должны двигаться лица, ведущие мотоцикл, мо-пед или велосипед, за пределами населенного пункта?

- 1) По краю проезжей части навстречу движению транспортных средств.
- 2) По краю проезжей части по ходу движения транспортных средств.

3) По тротуару.

Тема № 11. Медико-биологические и психологические основы безопасности жизнедеятельности

1. Утомление – это...

1) напряжение, связанное с временным снижением работоспособности, вызванное длительной работой;

- 2) расстройство сенсорной области;
- 3) Профессиональное заболевание.

2. Здоровье – это...

1) полное физическое, психическое и социальное благополучие, а не только отсутствие болезней или физических дефектов;

- 2) главная функция живой материи;
- 3) отражение психических функций человека;
- 4) наука, изучающая строение тела человека.

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

Вопросы для промежуточного контроля (зачета)

1. Предмет БЖД. Понятия: интегральный показатель БЖД, техносфера, среда безопасности, вредные и опасные факторы.
2. «Аксиома о потенциальной опасности», концепция приемлемого риска, экстремальная ситуация, безопасность труда.
3. Понятие терминов: техника безопасности, охрана труда, производственная санитария, естественные и антропогенные негативные факторы.
4. Понятия физических, химических, биологических и психофизических опасных и вредных факторов.
5. Принципы нормирования опасных и вредных факторов. Понятия ПДК, ДОК, ПДУ, ОБУВ, ПДВ, ПДС.

6. Биологически активные элементы. Макро-, микро- и следовые элементы. Биогеохимические провинции.
7. Источники антропогенных химических факторов.
8. Пути поступления вредных веществ в организм.
9. Комбинированное действие вредных веществ на организм. Формула А.А. Аверьянова.

10. Источники и уровни различных видов опасностей естественного, антропогенного и техногенного происхождения, их эволюция. Классификация опасностей и негативных факторов; травмирующие и вредные зоны.

11. Вероятность (риск) и уровни воздействия негативных факторов. Критерии безопасности. Интегративный характер безопасности. Опасность и риск. Способы определения степени риска. Индивидуальный риск. Концепция приемлемого риска.

12. Причины техногенных аварий и катастроф. Взрывы, пожары и другие чрезвычайные негативные воздействия на человека и среду обитания.

13. Негативное воздействие вредных веществ на среду обитания. Допустимые уровни воздействия вредных веществ на гидросферу, почву, животных и растительность, конструкционные и строительные материалы.

14. Ядерное оружие, его боевые свойства и поражающие факторы.

15. Химическое оружие. Виды отравляющих веществ. Защита от поражающих факторов.

16. Бактериологическое оружие. Защита от поражающих факторов. Современные обычные средства поражения и защита от них.

17. Ионизирующее излучение и его действие на организм. Лучевая болезнь. Нормы радиационной безопасности. Защита от ионизирующих излучений. Защитные свойства материалов. Радиационный (дозиметрический) контроль, его цели и виды. Дозиметрические приборы, их использование. Определение возможных доз облучения, получаемых людьми за время пребывания на загрязненной местности и при преодолении зон загрязнения; определение допустимого времени пребывания людей в зонах загрязнения.

18. Химически опасные объекты (ХОО), их группы и классы опасности. Основные способы хранения и транспортировки химически опасных веществ. Общие меры профилактики аварий на ХОО. Химический контроль и химическая защита. Способы защиты производственного персонала, населения и территорий от химически опасных веществ. Приборы химического контроля. Средства индивидуальной защиты, медицинские средства защиты.

19. Классификация пожаров и промышленных объектов по пожароопасности. Тушение пожаров, принципы прекращения горения. Огнетушащие вещества, технические средства пожаротушения.

20. Пожаро- и взрывоопасные объекты. Классификация взрывчатых веществ. Газовоздушные и пылевоздушные смеси.

21. Ударная волна и ее параметры. Особенности ее прямого и косвенного воздействия на человека, сооружения, технику, природную среду. Особенности ударной волны ядерного взрыва, при взрыве конденсированных взрывчатых веществ, газовоздушных смесей.

22. Ядерный взрыв. Факторы поражения ядерного взрыва. Защита.

23. Транспортные аварии и их последствия.

24. Гидродинамические аварии и их последствия. Защита и действие населения.

25. Характеристики и области возникновения опасных природных процессов: землетрясений, извержений вулканов, магнитных бурь, циклонов и антициклонов, тайфунов, смерчей, ураганов, цунами, оползней, селей, обвалов, осыпей, лавин, пыльных бурь, наводнений, лесных и степных пожаров, ураганов и эпидемий, эпизоотий, эпифитотий, массовых распространений вредителей лесного и сельского хозяйства. Особенности процессов развития стихийных явлений, их воздействие на население, объекты экономики и среды обитания.

26. Безопасность жизнедеятельности и окружающая природная среда. Источники загрязнения среды обитания. Источники загрязнения, виды и состав загрязнений, интенсивность их образования в основных технологических процессах современной промышленности

27. Характеристики основных газообразных загрязняющих веществ и механизм их образования - соединения серы, азота, углерода, высокотоксичные соединения; характеристики аэрозольных загрязнений.

28. Антропогенное воздействие на недра и почвы; методы и средства снижения техногенного воздействия на ландшафт и почву; охрана растительных ресурсов; загрязнение окружающей среды при авариях; экологический риск; малоотходные технологии и ресурсосберегающие технологии.

29. Допустимое воздействие вредных факторов на человека и среду обитания. Принципы определения допустимых воздействий вредных факторов.

30. Вредные вещества, классификация, агрегатное состояние, пути поступления в организм человека, распределение и превращение вредного вещества, действие вредных веществ и чувствительность к ним.

31. Хронические отравления, профессиональные и бытовые заболевания при действии токсинов.

32. Механические колебания. Виды вибраций и их воздействие на человека. Нормирование вибраций, вибрационная болезнь.

33. Функциональная анатомия органа зрения. Дальновзоркость и близорукость. Травмы глаза. Первая помощь. Профилактика заболеваний. Освещение. Требования к системам освещения. Естественное и искусственное освещение. Светильники, источники света.

34. Функциональная анатомия органа слуха. Основные нарушения. Профилактика.

35. Акустические колебания. Постоянный и непостоянный шум. Действие шума на человека. Аудиометрия.

36. Инфразвук, возможные уровни. Нормирование акустического воздействия. Профессиональные заболевания. Профилактика.

37. Ультразвук, контактное и акустическое действие ультразвука. Нормирование акустического воздействия.

38. Профессиональные заболевания от воздействия шума, инфразвука и ультразвука. Опасность их совместного воздействия.

39. Электромагнитные поля. Воздействие на человека статических электрических и магнитных полей, электромагнитных полей промышленной частоты, электромагнитных полей радиочастот.

40. Воздействие УКВ и СВЧ излучений на органы зрения, кожный покров, центральную нервную систему, состав крови и состояние эндокринной системы. Воздействие на организм электромагнитного излучения оптического диапазона.

41. Источники негативных факторов бытовой среды.

42. Атмосферное давление и его влияние на организм.

43. Микроклимат и комфортные условия жизнедеятельности. Терморегуляция и теплопродукция.

44. Организация укрытия населения в чрезвычайных ситуациях. Особенности и организация эвакуации из зон чрезвычайных ситуаций.

45. Мероприятия медицинской защиты. Средства индивидуальной защиты и порядок их использования.

46. Оборудование убежищ. Быстровозводимые убежища. Простейшие укрытия. Противорадиационные укрытия. Укрытие в приспособленных и специальных сооружениях.

47. Терроризм как реальная угроза безопасности в современном обществе. Причины терроризма. Социально-психологические характеристики террориста. Борьба с терроризмом. Взрыв как средство террора. Правила поведения для заложников.

48. Иммунный статус человека. Органы иммунной системы. Понятия иммунная система и антигены. Вакцины, сыворотки. Иммунодефициты первичные и вторичные.

Классификация. ВИЧ-инфекция как модель вторичного иммунодефицита. Профилактика СПИДа. Первая помощь.

49. Заболевания бронхолегочной системы (бронхит, плеврит, пневмония, рак легкого, пневмоторакс, пневмокониозы, эмфизема легких). Наблюдение и уход за больными с заболеваниями органов дыхания.

50. Туберкулез. Классификация. Клиническая характеристика. Вакцина БЦЖ Значение реакции Манту. Наблюдение и уход за больными.

51. Алкоголь и его влияние на физическое и психическое здоровье человека. Профилактика алкогольной зависимости.

52. Курение и его влияние на здоровье курящего и окружающих (пассивное курение). Способы профилактики и отказа от курения.

53. Наркотические вещества и их влияние на физическое и психическое здоровье человека. Профилактика наркотической зависимости.

54. Клинико-эпидемиологическая характеристика группы кишечных инфекций. Холера. Брюшной тиф. Сальмонеллез. Ботулизм. Дизентерия. Полиомиелит. Болезнь Боткина. Профилактика и оказание первой медпомощи.

55. Клинико-эпидемиологическая характеристика группы инфекций дыхательных путей. Грипп. Натуральная оспа. Эпидемический менингит. Эпидемический паротит (свинка). Энцефалиты вирусной этиологии. Воспаление легких (пневмония). Ангина. Скарлатина. Дифтерия. Корь. Коклюш. ОРВИ. Профилактика и оказание первой медпомощи.

56. Клинико-эпидемиологическая характеристика группы кровяных инфекций. Сыпной тиф. Клещевой энцефалит, малярия. Профилактика и оказание первой медпомощи.

57. Детские инфекционные болезни. Корь и краснуха. Профилактика и оказание первой медпомощи. Профилактика и оказание первой медпомощи.

58. Клинико-эпидемиологическая характеристика группы инфекций наружных покровов. Бешенство. Столбняк. Сибирская язва. Ящур. Профилактика и оказание первой медпомощи.

59. Основные заболевания системы крови (анемия, лейкоз, лимфолейкоз, метгемоглобинемия). Первая помощь.

60. Механизмы системы свертывания крови. Гемофилия. Первая помощь.

61. Раны. Виды ран. Повязка. Перевязка. Правила наложения и перевязки. Первая помощь при кровотечениях. Виды кровотечений. Методы остановки кровотечений. Наложение кровоостанавливающего жгута.

62. Сосудистая недостаточность. Обморок. Коллапс. Кома, виды комы. Атеросклероз. Вегетативно-сосудистая дистония. Артериальная гипертензия. Гипертонический криз. Диагностика. Понятие шока. Фазы шока. Характеристика и первая медицинская помощь при данных ситуациях.

63. Ишемическая болезнь сердца. Инфаркт миокарда. Стенокардия. Аритмия сердца. Диагностика. Ушибы сердца. Диагностика. Первая помощь. Терминальное состояние. Агония. Клиническая и биологическая смерть.

64. Тепловой удар. Солнечный удар. Термические ожоги и ожоговая болезнь. Первая медицинская и доврачебная помощь.

65. Травматический шок. Фазы и степени шока. Первая медицинская и доврачебная помощь.

66. Синдром длительного сдавливания. Клиническая картина. Первая медицинская и доврачебная помощь.

67. Поражение электрическим током. Электрический удар. Возможные пути тока через тело человека. Первая медицинская и доврачебная помощь. Действие электрического тока на человека. Термическое. Электролитическое. Биологическое. Электрический ожог. Электрические знаки. Первая медицинская помощь при поражении электрическим током.

68. Химические ожоги. Отморожение и общее замерзание. Первая медицинская и доврачебная помощь.

69. Укусы ядовитых змей и насекомых. Первая медицинская и доврачебная помощь.
70. Острые и хронические отравления. Принципы оказания первой медицинской помощи при различных отравлениях.
71. Ушибы, растяжения и разрывы мягких тканей, переломы и вывихи. Первая медицинская и доврачебная помощь. Порядок наложения шины. Первая помощь.
72. Реанимация. Искусственное дыхание. Инородные предметы в дыхательных путях. Острая дыхательная недостаточность. Наблюдение и уход за больными с заболеваниями органов дыхания. Оказание первой медицинской помощи при утоплении.
73. Доврачебная реанимационная помощь. Непрямой массаж сердца. Методика. Прямой массаж сердца.
74. Массовые беспорядки их сущность и характер проявления. Город как среда повышенной опасности. Толпа, виды толпы. Паника. Массовые погромы. Массовые зрелища и праздники. Безопасность в толпе. Процесс воздействия субъекта социальной ЧС на Россию и ее регионы.
75. Чрезвычайные ситуации (ЧС) криминального характера и защита от них. Кража. Мошенничество. Правила поведения в случаях посягательства на жизнь и здоровье (нападение на улице, приставания пьяного, изнасилование, нападение в автомобиле, опасность во время ночной остановки). Предупреждение криминальных посягательств в отношении детей. Необходимая самооборона в криминальных ситуациях (правовые основы самообороны, основные правила самообороны, средства самозащиты и их использование).
76. Сущность и содержание информационной безопасности. Формы методы и способы обеспечения информационной безопасности. Основы защиты деловой информации и сведений, составляющих государственную и служебную коммерческую тайны. Методы и средства защиты электронной информации. Информационные технологии и здоровье. Сотовая радиотелефонная связь.
77. Биологические опасности. Микроорганизмы. Виды патогенных микробов. Рост и размножение микроорганизмов. Бактериологическое нормирование. Грибы, растения и животные, представляющие опасность для человека.
78. Состояние среды обитания. Критерии оценки качества окружающей среды. Экологическое нормирование. Источники экологических опасностей (тяжелые металлы, пестициды, диоксины, соединения серы, фосфора и азота, фреоны). Воздух как фактор среды обитания. Критерии оценки состояния загрязнения атмосферы. Комплексный индекс загрязнения атмосферы (КИЗА).
79. Вода как фактор среды обитания. Физиологическое и гигиеническое значение воды. Заболевания, связанные с изменением солевого и микроэлементного состояния воды. Вода как путь передачи инфекционных заболеваний. Влияние хозяйственно-бытовой и производственной деятельности человека и свойства природных вод. Показатели качества воды. Нормирование и нормативные акты в области охраны водной среды. Защита воды. Классификация водоемов и ПДК.
80. Государственные и общественные природоохранные организации.

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательно е описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльн ая шкала (академичес кая) оценка	Двухбал льная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинг овая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень. Умение самостоятельно</i>	отлично	зачтено	86-100

		принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий			
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степени самостоятельности и инициативы	<i>Включает нижестоящий уровень. Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения</i>	хорошо		71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно		55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература:

1. Халилов, Ш. А. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / Ш.А. Халилов, А.Н. Маликов, В.П. Гневанов ; под ред. Ш.А. Халилова. — Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2022. — 576 с. — (Высшее образование). [Электронный ресурс]. Имеются экземпляры в отделах : ЭБС «Znanium».
2. Сычев, Ю. Н. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / Ю.Н. Сычев. — Москва : ИНФРА-М, 2022. — 204 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). — [Электронный ресурс]. Имеются экземпляры в отделах : ЭБС «Znanium».

Дополнительная литература:

1. Мельников, В. П. Безопасность жизнедеятельности : учебник / В. П. Мельников. — Москва : КУРС : ИНФРА-М, 2022. — 400 с. - [Электронный ресурс]. Имеются экземпляры в отделах : ЭБС «Znanium».
2. Безопасность жизнедеятельности : учебник для бакалавров / Э. А. Арустамов, А. Е. Волощенко, Н. В. Косолапова [и др.] ; под ред. проф. Э. А. Арустамова. — 22-е изд.,

перераб. и доп. — Москва : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2020. — 446 с. - [Электронный ресурс]. Имеются экземпляры в отделах : ЭБС «Znanium».

3. Холостова, Е. И. Безопасность жизнедеятельности / Холостова Е.И., Прохорова О.Г. - Москва : Дашков и К, 2017. - 456 с. - ISBN 978-5-394-02026-1. - [Электронный ресурс]. Имеются экземпляры в отделах : ЭБС «Znanium».

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля).

- НЭБ Национальная электронная библиотека
- eLIBRARY.RU
- ЭБС Консультант студента
- ООО «Прспект»
- ЭБС ZNANIUM.COM
- ЭБС «Айбукс»
- ЭБС РКИ
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- система электронного образовательного контента БФУ им. И. Канта, обеспечивающая разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов соответствующее ПО и антивирусное программное обеспечение.

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

Для проведения занятий лекционного типа, практических занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской, персональными компьютерами с выходом в сеть «Интернет».

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

1. Наименование дисциплины: «Основы военной подготовки»

Цель дисциплины: формирование знаний, умений и навыков, необходимых для становления обучающихся образовательных организаций высшего образования (далее - вуз) в качестве граждан способных и готовых к выполнению воинского долга и обязанности по защите своей Родины в соответствии с законодательством Российской Федерации.

Программа дисциплины разработана на основе согласованного Министерством обороны Российской Федерации образовательного модуля «Основы военной подготовки» (письмо Минобрнауки России от 21.12.2022 г. № МН-5/35982).

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код и содержание компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
УК-1. Способен к формированию собственного жизненно-образовательного маршрута на основе критического мышления, целеполагания, стратегии достижения цели (в том числе в проектом типе деятельности) в условиях создания безопасной среды, с учетом традиционных российских духовно-нравственных ценностей и целей национального развития, в процессе социального взаимодействия	УК-1.15. Оценивает факторы риска и степень потенциальной опасности чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности УК-1.16. Применяет методы защиты в чрезвычайных ситуациях, навыки военной подготовки в условиях военных конфликтов в интересах Родины УК-1.17. Формирует культуру безопасного и ответственного поведения	Знать: – основные положения общевоинских уставов ВС РФ; – организацию внутреннего порядка в подразделении; – основные положения Курса стрельб из стрелкового оружия; – устройство стрелкового оружия, боеприпасов и ручных гранат. – предназначение, задачи и организационно-штатную структуру общевоинских подразделений (мотострелкового отделения, взвода, роты); – основные факторы, определяющие характер, организацию и способы ведения современного общевоинского боя; – общие сведения о ядерном, химическом и биологическом оружии, средствах его применения; – правила поведения и меры профилактики в условиях заражения радиоактивными, отравляющими веществами и бактериальными средствами; – тактические свойства местности, их влияние на действия подразделений в боевой обстановке; – назначение, номенклатуру и условные знаки топографических карт; – основные способы и средства оказания первой медицинской помощи при ранениях и травмах; – тенденции и особенности развития современных международных отношений, место и роль России в многополярном мире, основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития страны; – основные положения Военной доктрины РФ; – правовое положение и порядок прохождения военной службы.

Код и содержание компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
		Уметь: – правильно применять и выполнять положения общевоинских уставов ВС РФ; – осуществлять разборку и сборку автомата (АК-74) и пистолета (ПМ), подготовку к боевому применению ручных гранат; – оборудовать позицию для стрельбы из стрелкового оружия; – выполнять мероприятия радиационной, химической и биологической защиты; – читать топографические карты различной номенклатуры; – давать оценку международным военно-политическим и внутренним событиям и фактам с позиции патриота своего Отечества; – применять положения нормативно-правовых актов. Владеть: – строевыми приемами на месте и в движении; – первичными навыками стрельбы из стрелкового оружия; – первичными навыками подготовки к ведению общевойскового боя; – навыками применения индивидуальных средств РХБ защиты; – первичными навыками ориентирования на местности по карте и без карты; – навыками применения индивидуальных средств медицинской защиты и подручных средств для оказания первой медицинской помощи при ранениях и травмах; – навыками работы с нормативно-правовыми документами.

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Основы военной подготовки» представляет собой дисциплину обязательной части.

4. Виды учебной работы по дисциплине

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы по указанному направлению и профилю, выражаются в академических часах. Часы контактной работы и самостоятельной работы студента и часы, отводимые на процедуры контроля, могут различаться в учебных планах ОПОП по формам обучения. Объем контактной работы включает часы контактной аудиторной работы (лекции/ лабораторные занятия/ практические занятия), контактной внеаудиторной работы (контроль самостоятельной работы), часы контактной работы в период промежуточной аттестации. Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

Исходя из рамок, установленных учебным планом по трудоемкости и видам учебной работы по дисциплине, преподавателю определена тематика занятий по формам и количеству часов проведения контактной работы: лекции групповые и практические занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации преподавателем и (или) индивидуальную работу обучающихся с преподавателем, в том числе индивидуальные консультации. Рекомендуемая тематика занятий максимально полно реализуется в контактной работе со студентами очной формы обучения, однако объем учебного материала в значительной части осваивается студентами в форме самостоятельной работы. При этом требования к ожидаемым образовательным результатам студентов по данной дисциплине не зависят от формы реализации образовательной программы.

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Общевойсковые уставы Вооруженных Сил Российской Федерации	Общевойсковые уставы Вооруженных Сил Российской Федерации, их основные требования и содержание. Структура, требования и основное содержание общевойсковых уставов. Права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих. Военские звания. Единоначалие. Начальники и подчиненные. Старшие и младшие. Приказ и приказание. Порядок отдачи и выполнение приказа. Военская вежливость и военская дисциплина военнослужащих. Внутренний порядок и суточный наряд. Размещение военнослужащих. Распределение времени и внутренний порядок. Суточный наряд роты, его предназначение, состав. Дневальный, дежурный по роте. Развод суточного наряда. Общие положения Устава гарнизонной и караульной службы. Обязанности разводящего, часового.
2	Строевая подготовка	Строевые приемы и движение без оружия. Строй и его элементы. Виды строя. Сигналы для управления строем. Команды и порядок их подачи. Обязанности командиров, военнослужащих перед построением и в строю. Строевой расчет. Строевая стойка. Выполнение команд: «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться». Повороты на месте. Строевой шаг. Движение строевым шагом. Движение строевым шагом в составе подразделения. Повороты в движении. Движение в составе взвода. Управление подразделением в движении.
3	Огневая подготовка из стрелкового оружия	Основы, приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия. Требования безопасности при обращении со стрелковым оружием. Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке. Приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия. Назначение, боевые свойства, материальная часть и применение стрелкового оружия, ручных противотанковых гранатометов и ручных гранат. Назначение, состав, боевые свойства и порядок сборки разборки АК-74. Назначение, состав, боевые свойства и порядок сборки разборки пистолета ПМ. Назначение, боевые свойства и материальная часть ручных гранат. Сборка разборка пистолета ПМ и подготовка его к боевому применению.

№	Наименование раздела	Содержание раздела
		Сборка разборка АК-74 и ПМ подготовка их к боевому применению. Снаряжение магазинов и подготовка ручных гранат к боевому применению. Выполнение упражнений учебных стрельб из стрелкового оружия. Требования безопасности при организации и проведении стрельб из стрелкового оружия. Порядок выполнения упражнения учебных стрельб. Меры безопасности при проведении стрельб и проверка усвоения знаний и мер безопасности при обращении со стрелковым оружием. Выполнение норматива №1 курса стрельб из стрелкового оружия
4	Основы тактики общевойсковых подразделений	Вооруженные Силы Российской Федерации их состав и задачи. Тактико-технические характеристики (ТТХ) основных образцов вооружения и техники ВС РФ. Назначение, структура мотострелковых и танковых подразделений сухопутных войск, их задачи в бою. Боевое предназначение входящих в них подразделений. Тактико-технические характеристики основных образцов вооружения и техники ВС РФ. Основы общевойскового боя. Сущность современного общевойскового боя, его характеристики и виды. Способы ведения современного общевойскового боя и средства вооруженной борьбы. Основы инженерного обеспечения. Организация воинских частей и подразделений, вооружение, боевая техника вероятного противника. Организация, вооружение, боевая техника подразделений мпб и тб армии США. Организация, вооружение, боевая техника подразделений мпб и тб армии Германии.
5	Радиационная, химическая и биологическая защита	Ядерное, химическое, биологическое, зажигательное оружие. Ядерное оружие. Средства их применения. Поражающие факторы ядерного взрыва и их воздействие на организм человека, вооружение, технику и фортификационные сооружения. Химическое оружие. Отравляющие вещества (ОВ), их назначение, классификация и воздействие на организм человека. Боевые состояния, средства применения, признаки применения ОВ, их стойкость на местности. Биологическое оружие. Основные виды и поражающее действие. Средства применения, внешние признаки применения. Зажигательное оружие. Поражающие действия зажигательного оружия на личный состав, вооружение и военную технику, средства и способы защиты от него. Радиационная, химическая и биологическая защита. Цель, задачи и мероприятия РХБ защиты. Мероприятия специальной обработки: дегазация, дезактивация, дезинфекция, санитарная обработка. Цели и порядок проведения частичной и полной специальной обработки. Технические средства и приборы радиационной, химической и биологической защиты. Средства индивидуальной защиты и порядок их использования. Подгонка и техническая проверка средств индивидуальной защиты.

№	Наименование раздела	Содержание раздела
6	Военная топография	Местность как элемент боевой обстановки. Измерения и ориентирование на местности без карты, движение по азимутам. Способы ориентирования на местности без карты. Способы измерения расстояний. Движение по азимутам. Топографические карты и их чтение, подготовка к работе. Определение координат объектов и целеуказания по карте. Геометрическая сущность, классификация и назначение топографических карт. Определение географических и прямоугольных координат объектов по карте. Целеуказание по карте.
7	Основы медицинского обеспечения	Медицинское обеспечение войск (сил), первая медицинская помощь при ранениях, травмах и особых случаях. Медицинское обеспечение - как вид всестороннего обеспечения войск. Обязанности и оснащение должностных лиц медицинской службы тактического звена в бою. Общие правила оказания самопомощи и взаимопомощи. Первая помощь при ранениях и травмах. Первая помощь при поражении отравляющими веществами, бактериологическими средствами. Содержание мероприятия доврачебной помощи.
8	Военно-политическая подготовка	Россия в современном мире. Основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития страны. Новые тенденции и особенности развития современных международных отношений. Место и роль России в многополярном мире. Основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития Российской Федерации. Цели, задачи, направления и формы военно-политической работы в подразделении, требования руководящих документов.
9	Правовая подготовка	Военная доктрина Российской Федерации. Законодательство Российской Федерации о прохождении военной службы. Основные положения Военной доктрины Российской Федерации. Правовая основа воинской обязанности и военной службы. Понятие военной службы, ее виды и их характеристики. Обязанности граждан по воинскому учету.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика учебных занятий в форме контактной работы:

Тема 1. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации, их основные требования и содержание.

Тема 2. Внутренний порядок и суточный наряд.

Тема 3. Общие положения Устава гарнизонной и караульной служб.

Тема 4. Строевые приемы и движение без оружия.

Тема 5. Основы, приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия.

Тема 6. Назначение, боевые свойства, материальная часть и применение стрелкового оружия и ручных гранат.

Тема 7. Выполнение упражнений учебных стрельб из стрелкового оружия.

Тема 8. Вооруженные Силы Российской Федерации их состав и задачи. Тактико-технические характеристики основных образцов вооружения и техники ВС РФ.

Тема 9. Основы общевойскового боя.

Тема 10. Организация воинских частей и подразделений, вооружение, боевая техника вероятного противника.

Тема 11. Ядерное, химическое, биологическое, зажигательное оружие.

Тема 12. Радиационная, химическая и биологическая защита.

Тема 13. Местность как элемент боевой обстановки. Измерения и ориентирование на местности без карты, движение по азимутам.

Тема 14. Топографические карты и их чтение, подготовка к работе.

Тема 15. Медицинское обеспечение войск (сил), первая медицинская помощь при ранениях, травмах и особых случаях.

Тема 16. Россия в современном мире. Основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития страны.

Тема 17. Военная доктрина Российской Федерации. Законодательство Российской Федерации о прохождении военной службы.

Требования к самостоятельной работе студентов

1. Работа с лекционным материалом, предусматривающая проработку конспекта лекций и учебной литературы, по вышеперечисленным темам.

2. Выполнение домашнего задания, предусматривающего решение практических задач, по вышеперечисленным темам.

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых в часы самостоятельной работы можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Групповые занятия.

Групповые занятия имеют целью изучить устройство конкретных образцов оружия (вооружения) и боевой техники, формировать начальные умения их эксплуатации, осваивать вопросы теории стрельбы, а также порядок действий на боевой технике, вопросы несения внутренней, гарнизонной и караульной службы; порядок оборудования боевой позиции для стрельбы; порядок работы с топографическими картами различной номенклатуры.

Групповые занятия проводить в специализированных классах, с максимальным использованием учебного вооружения, приборов, учебных боеприпасов, а также плакатов, стендов, макетов, слайдов и раздаточного материала.

Практические занятия.

Практические занятия предназначены для формирования умений и навыков, обучаемых в действиях с оружием и на боевой технике в ходе их боевого применения и эксплуатации, поиска информации по решению задач и практических упражнений;

отработки нормативов боевой подготовки и строевых приемов без оружия; оказания первой помощи при ранениях и травмах; чтения топографических карт и ориентирования на местности по карте и без карты.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, работа с лекционным материалом, подготовка к практическим занятиям, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебников и учебных пособий.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Раздел 1. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. Тема 1. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации, их основные требования и содержание. Тема 2. Внутренний порядок и суточный наряд. Тема 3. Общие положения Устава гарнизонной и караульной службы.	УК-1	<i>Опрос. Тестовые задания.</i>
Раздел 2. Строевая подготовка. Тема 4. Строевые приемы и движение без оружия.	УК-1	<i>Опрос. Выполнение строевых приемов</i>
Раздел 3. Огневая подготовка из стрелкового оружия. Тема 5. Основы, приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия. Тема 6. Назначение, боевые свойства, материальная часть и применение стрелкового оружия и ручных гранат. Тема 7. Выполнение упражнений учебных стрельб из стрелкового оружия.	УК-1	<i>Опрос. Тестовые задания. Выполнение нормативов по огневой подготовке.</i>
Раздел 4. Основы тактики общевойсковых подразделений. Тема 8. Вооруженные Силы Российской Федерации их состав и задачи. Тактико-	УК-1	<i>Опрос. Тестовые задания.</i>

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
технические характеристики (ТТХ) основных образцов вооружения и техники ВС РФ. Тема 9. Основы общевойскового боя. Тема 10. Организация воинских частей и подразделений, вооружение, боевая техника вероятного противника.		
Раздел 5. Радиационная, химическая и биологическая защита. Тема 11. Ядерное, химическое, биологическое, зажигательное оружие. Тема 12. Радиационная, химическая и биологическая защита.	УК-1	<i>Опрос. Тестовые задания. Выполнение нормативов по РХБЗ.</i>
Раздел 6. Военная топография. Тема 13. Местность как элемент боевой обстановки. Измерения и ориентирование на местности без карты, движение по азимутам. Тема 14. Топографические карты и их чтение, подготовка к работе. Определение координат объектов и целеуказания по карте.	УК-1	<i>Опрос. Тестовые задания. Производство измерений.</i>
Раздел 7. Основы медицинского обеспечения. Тема 15. Медицинское обеспечение войск (сил), первая медицинская помощь при ранениях, травмах и особых случаях.	УК-1	<i>Опрос. Выполнение нормативов по военно-медицинской подготовке.</i>
Раздел 8. Военно-политическая подготовка. Тема 16. Россия в современном мире. Основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития страны.	УК-1	<i>Опрос.</i>
Раздел 9. Правовая подготовка. Тема 17. Военная доктрина РФ. Законодательство Российской Федерации о прохождении военной службы	УК-1	<i>Опрос.</i>

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля

Типовые задания практических занятий:

По разделу 2 «Строевая подготовка», по теме 4 «Строевые приемы и движение без оружия».

Практические задания:

1. Выполнение строевых приемов и движение без оружия. «Строевая стойка», «Выполнение команд: «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головные уборы - снять (надеть)». Выполнение «Поворотов на месте», «Движение строевым шагом, Движение на месте. Изменение скорости движения», «Поворотов в движении», «Воинского приветствия на месте и в движении». «Выход военнослужащего из строя и постановка в строй. Подход к начальнику и отход от него».

По разделу 3 «Огневая подготовка из стрелкового оружия», по теме 6 «Назначение, боевые свойства, материальная часть и применение стрелкового оружия и ручных гранат».

Практические задания:

2. Выполнение норматива по Огневой подготовке № 13 «Неполная разборка оружия»: 5,45 мм АК-74 и 9 мм ПМ.

3. Выполнение норматива по Огневой подготовке № 14 «Сборка оружия после неполной разборки»: 5,45 мм АК-74 и 9 мм ПМ.

По разделу 3 «Огневая подготовка из стрелкового оружия», по теме 7 «Выполнение упражнений учебных стрельб из стрелкового оружия».

Практические задания:

4. Выполнение норматива по Огневой подготовке № 1 «Изготовка к стрельбе из различных положений (лежа, с колена, стоя, из-за укрытия) при действиях в пешем порядке».

По разделу 5 «Радиационная, химическая и биологическая защита», по теме 12 «Радиационная, химическая и биологическая защита».

Практические задания:

5. Выполнение норматива Н-РХБЗ-1 «Надевание противогаза или респиратора».

6. Выполнение норматива Н-РХБЗ-4(а) «Надевание общевойскового защитного комплекта и противогаза по команде «Плащ в рукава, чулки, перчатки надеть», «Газы». Выполнение норматива Н-РХБЗ-4(б) «Надевание общевойскового защитного комплекта и противогаза»: по команде «Защитный комплект надеть», «Газы».

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

1. Задачи огневой подготовки.
2. Основные понятия и определения, применяемые на занятиях по огневой подготовке.
3. Требования безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.
4. Общие сведения о внешней баллистике.
5. Назначение, состав, боевые характеристики, порядок работы частей и механизмов автомата АК-74.
6. Порядок неполной разборки и порядок сборки автомата АК-74.
7. Приемы стрельбы из автомата АК-74.
8. Назначение, состав, боевые характеристики, порядок работы частей и механизмов пистолета ПМ.
9. Порядок неполной разборки и порядок сборки пистолета ПМ.
10. Приемы стрельбы из пистолета ПМ.
11. Назначение, боевые характеристики и устройство ручных осколочных гранат.
12. Порядок работы механизма унифицированного запала ручной гранаты модернизированного (УЗРГМ).
13. Приемы и правила метания ручных осколочных гранат. Подготовка гранат к боевому применению.
14. Порядок чистки и смазки оружия.
15. Порядок проведения стрельб из стрелкового оружия и гранатометания.
16. Требования курса стрельб из стрелкового оружия к организации и проведению стрельб.
17. Помещения, предусмотренные для размещения роты.

18. Воинские звания.
19. Ответственность военнослужащих.
20. Единоначалие. Командиры (начальники) и подчиненные.
21. Начальники и подчиненные. Старшие и младшие.
22. Приказ (приказание), порядок его отдачи и выполнения.
23. Назначение суточного наряда по роте, его состав и экипировка.
24. Назначение и состав караула.
25. Какие бывают караулы. Назначение внутренних (корабельных) караулов.
26. Кто такой часовой.
27. Порядок смены часовых.
28. Неприкосновенность часового.
29. Что запрещается часовому.
30. Пост, его оборудование.
31. Применение оружия часовым на посту.
32. Воинская дисциплина ее сущность и значения.
33. Поощрения, применяемые к солдатам и сержантам.
34. Виды дисциплинарных взысканий.
35. Структура и предназначение Вооруженных Сил РФ, видов Вооруженных Сил, родов войск и специальных войск Сухопутных войск Вооруженных Сил РФ.
36. Сущность современного общевойскового боя, его характерные черты, основные принципы и способы ведения.
37. Состав мотострелкового отделения, взвода, роты.
38. Основные образцы вооружения и боевой техники мотострелкового отделения, взвода, роты их тактико-технические характеристики.
39. Определение и цель обороны. Условия перехода к обороне. Чем достигается устойчивость и активность обороны?
40. Боевые порядки подразделений в обороне, система огня и инженерное оборудование.
41. Понятие об оружии массового поражения и его виды.
42. Ядерное оружие, способы применения, его поражающие факторы и защита от них.
43. Химическое оружие, его боевые свойства, способы применения и защиты от него.
44. Общие сведения об оружии, основанном на новых физических принципах.
45. Биологическое оружие, его боевые свойства, способы применения и защиты от него.
46. Зажигательное оружие, его боевые свойства, способы применения и защиты от него.
47. Общевойсковые фильтрующие противогазы, респираторы, их устройство, порядок подбора и применения.
48. Средства индивидуальной защиты кожи изолирующего типа, назначение состав, порядок использования.
49. Технические средства радиационной, химической, биологической разведки и контроля.
50. Средства специальной и санитарной обработки.
51. Задачи радиационной, химической и биологической защиты и мероприятия, обеспечивающие их выполнение.
52. Сигналы оповещения о радиационном, химическом, биологическом заражении и порядок действий по ним.
53. Местность и ее значение в бою.
54. Тактические свойства местности, ее основные разновидности.
55. Сущность, способы и порядок ориентирования на местности без карты.
56. Определение сторон горизонта различными способами.

57. Измерение углов и расстояний на местности различными способами.
58. Магнитный азимут и его применение при движении.
59. Географические и прямоугольные координаты объектов по карте.
60. Личная гигиена военнослужащих.
61. Понятие об инфекционных заболеваниях и их возбудителях.
62. Источники инфекций. Пути распространения инфекционных заболеваний.
63. Меры личной профилактики заболеваний.
64. Основы гигиены питания и водопользования.
65. Табельные средства индивидуального медицинского оснащения личного состава их предназначение, порядок и правила пользования ими.
66. Понятие о ране. Наложение повязок при различных ранениях и кровотечениях.
67. Первая помощь при ранениях и кровотечениях.
68. Современный мир и тенденции его развития.
69. Характеристика современного мира. Критерии его оценки.
70. Роль и место России в современном мире.
71. Военная доктрина РФ: определение, что она собой представляет и чем достигается её реализация.
72. Основные черты военно-политической обстановки.
73. Основные понятия военной доктрины.
74. Опасности и угрозы безопасности Российской Федерации.
75. Основные внешние угрозы для РФ.
76. Основные внутренние угрозы для РФ.
77. Основные принципы обеспечения военной безопасности.
78. Понятие военной безопасности. Задачи государства в области обеспечения военной безопасности.
79. История создания и развития отечественной военной силы.
80. Основные положения федерального закона «Об обороне».
81. Назначение, задачи Вооруженных Сил РФ, их место в системе государственных институтов.
82. Общеизвестные военные реформы, их краткая характеристика.
83. Уроки военных реформ и их учёт в процессе совершенствования ВС РФ.
84. Дни воинской славы России, порядок их проведения.
85. Основные этапы развития ВС РФ.
86. Задачи ВС РФ по обеспечению военной безопасности.
87. Предназначение, состав ВС РФ.
88. Цели применения ВС РФ.
89. Руководство и управление ВС РФ.
90. Правовой статус военнослужащих. Основные права и обязанности военнослужащих.
91. Военная служба как особый вид государственной службы.
92. Кто относится к гражданам, имеющим статус военнослужащего?
93. Что предусматривает воинская обязанность граждан РФ?
94. Порядок прохождения военной службы сержантским и рядовым составом.
95. Запрещенные средства и методы ведения боевых действий.
96. Правовые основы военной службы в Российской Федерации.
97. Военная служба как особый вид государственной службы.
98. Дать определение «Строй» и «Фланг».
99. Дать определение «Шеренга» и «Линия машин».
100. Дать определение «Фронт» и «Тыльная сторона строя».
101. Дать определение «Интервал» и «Глубина строя».
102. Дать определение «Дистанция» и «Ширина строя».
103. Дать определение «Двухшереножный строй».
104. Дать определение «Ряд».

105. Дать определение «Одношеренговый и двушеренговые строй».
106. Дать определение «Колона».
107. Дать определение «Развёрнутый строй».
108. Дать определение «Походный строй».
109. Дать определение «Направляющий».
110. Дать определение «Замыкающий».
111. Дать определение «Строеквой и походный шаг».

Перечень практических заданий к зачету:

1. Выполнение строевых приемов и движение без оружия. «Строеквая стойка», «Выполнение команд: «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головные уборы - снять (надеть)». Выполнение «Поворотов на месте», «Движение строевым шагом, Движение на месте. Изменение скорости движения», «Поворотов в движении», «Воинского приветствия на месте и в движении». «Выход военнослужащего из строя и постановка в строй. Подход к начальнику и отход от него».

2. Выполнение норматива по Огневой подготовке № 1 «Изготовка к стрельбе из различных положений (лежа, с колена, стоя, из-за укрытия) при действиях в пешем порядке».

3. Выполнение норматива по Огневой подготовке № 13 «Неполная разборка оружия» 5,45 мм АК-74; 9 мм ПМ.

4. Выполнение норматива по Огневой подготовке № 14 «Сборка оружия после неполной разборки» 5,45 мм АК-74; 9 мм ПМ.

5. Выполнение норматива Н-РХБЗ-1 «Надевание противогаза или респиратора».

6. Выполнение норматива Н-РХБЗ-4(а) «Надевание общевойскового защитного комплекта и противогаза по команде «Платье в рукава, чулки, перчатки надеть», «Газы»».

7. Выполнение норматива Н-РХБЗ-4(б) «Надевание общевойскового защитного комплекта и противогаза»: по команде «Защитный комплект надеть», «Газы».

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степени самостоятельности и инициативы	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо	71-85

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала		55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня			Менее 55

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

Основная литература:

1. Военная доктрина Российской Федерации. - М: ИНФРА-М, 2023. - URL: <https://znanium.com/catalog/document?id=425274>.
2. Федеральный закон от 28 марта 1998 года № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе». - М: ИНФРА-М, 2022. - URL: <https://znanium.com/catalog/document?id=416998>.
3. Федеральный закон от 27 мая 1998 года № 76-ФЗ «О статусе военнослужащих» службе». М: ИНФРА-М, 2022. - URL: <https://znanium.com/catalog/document?id=417313>.
4. Указ Президента РФ от 16.09.1999 № 1237 «Вопросы прохождения военной службы» (вместе с «Положением о порядке прохождения военной службы»). — URL: <https://base.garant.ru/180912/>.
5. Общая тактика: учебное пособие / В.Д. Горев, Н.А. Поздняков; Томский политехнический университет. - Томск: Изд-во Томского политехнического университета, 2016. URL: <https://znanium.com/catalog/document?id=344730>.
6. Огневая подготовка: учебное пособие / авторы-сост.: А.А. Кисляк, Н.А. Поздняков, В.Д. Горев; Томский политехнический университет. - Томск: Изд-во Томского политехнического университета, 2018. URL: <https://znanium.com/catalog/document?id=344689>.
7. Тактическая подготовка курсантов учебных военных центров: учебник / Ю. Б. Байрамуков [и др.]; ред. Ю. Б. Торгованов. - 2-е изд., испр. и доп. - Красноярск: Сиб. федер. ун-т, 2018. URL: <https://znanium.com/catalog/document?id=320910>.
8. Основы военной службы: строевая, огневая и тактическая подготовка, военная топография: учебник / В.Ю. Микрюков. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: ФОРУМ: ИНФРА-М, 2023. - URL: <https://znanium.com/catalog/document?id=422943>.
9. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. - 6-е изд., испр. и доп. - Москва: ИНФРА-М, 2022. - URL: <https://znanium.com/catalog/document?id=413940>.
10. Материальная часть стрелкового оружия и гранатометов [Электронный ресурс]: [учеб. пособие] / К. С. Фокин, И. В. Фролов; [науч. ред. В. А. Ружа]; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. - 2-е изд., стер. - М.: ФЛИНТА : Изд-во Урал. ун-та, 2017. - URL: <https://znanium.com/catalog/document?id=303738>.
11. Радиационная, химическая и биологическая защита: учебное пособие / И.Ю. Лепешинский, В.А. Кутепов, В.П. Погодаев. - М.: ИНФРА-М, 2023. - URL: <https://znanium.com/catalog/document?id=416866>.
12. Огневая подготовка: учебное пособие: в 2 частях. Часть 1. Нормативно-правовая база огневой подготовки. Материальная часть стрелкового оружия. Основы баллистики и стрельбы / А.Н. Ковальчук. - М.: ИНФРА-М, 2023. - URL: <https://znanium.com/catalog/document?id=425489>.

13. Огневая подготовка: учебное пособие: в 2 частях. Часть 2. Обучение обращению с огнестрельным оружием в условиях оперативно-служебной деятельности / А.Н. Ковальчук. - М.: ИНФРА-М, 2023. - URL: <https://znanium.com/catalog/document?id=425408>.
14. Топографическая подготовка: учебное пособие / А.А. Ильященко, А.Н. Ковальчук. - Москва: ИНФРА-М, 2023. - URL: <https://znanium.com/catalog/document?id=424778>.
15. Эксплуатация стрелкового оружия: учеб. пособие / [К. С. Фокин, Н. Н. Кизюн, И. В. Фролов, Р. А. Иванов; под общ. ред. И. В. Фролова]; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. - Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2018. - URL: <https://znanium.com/catalog/document?id=421224>.
16. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / Ю.Н. Сычев. - М.: ИНФРА-М, 2022. — URL: <https://znanium.com/catalog/document?id=388694>.
19. Общая тактика : учебник / Ю. Б. Байрамуков [и др.] ; под общ. ред. Ю. Б. Торгованова. – 2-е изд., испр. и доп. – Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2017. - URL: <https://znanium.com/catalog/document?id=320854>.

Дополнительная литература:

1. Шульдешов Л.С. и др. Огневая подготовка/учебное пособие.- М.: КноРус, 2023.
2. Бызов Б.Е., Коваленко А.Н. Военная топография. Для курсантов учебных подразделений. - 2-е изд. - М.: Воениздат, 1990.
3. Военно-медицинская подготовка (для студентов медицинских институтов) / Под ред. Комарова Ф.И. - М.: Воениздат, 1989.
4. Основы первой доврачебной неотложной помощи пострадавшим: учеб. пособие / Алексеев А.В., Алексеева Д.А. - Ярославль: ООО «Хисториоф Пипл», 2008.
5. Учебник сержанта войск радиационной, химической и бактериологической защиты / Под ред. генерал-майора Мельника Ю.Р. - М., 2006.
6. Сборник нормативов по боевой подготовке сухопутных войск. - М.: Воениздат, 1984.
7. Попов В. И., Батюшкин С.А. Тактика. Батальон, рота. - М.: Воениздат, 2011.
8. Вооруженные силы зарубежных государств информ. аналит. сб. под ред. А.Н. Сидоркина. - М.: Воениздат «Вооруженные силы», 2009.

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.

- ЭБС ZNANIUM.COM
- НЭБ Национальная электронная библиотека, диссертации и прочие издания
- eLIBRARY.RU Научная электронная библиотека, книги, статьи, тезисы докладов конференций
- ЭБС Консультант студента
- ЭБС «Айбукс»
- ЭБС РКИ
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантитана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;

- установленное на рабочих местах студентов соответствующее ПО и антивирусное программное обеспечение.

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

Для проведения занятий лекционного типа, практических и групповых занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения - мультимедийной техникой, специализированными плакатами и стендами, демонстрационным оборудованием, меловой или маркерной доской.

Материально-техническая база для реализации дисциплины включает:

вооружение и военная техника, состоящие на вооружении Вооруженных Сил и подлежащие изучению (освоению) и (или) используемые в процессе обучения: массогабаритные макеты 5,45-мм автоматов АК-74; массогабаритные макеты 9-мм пистолетов ПМ; пневматические винтовки; индивидуальные средства защиты кожи и органов дыхания (общевойсковые защитные комплекты и фильтрующие противогазы, респираторы); приборы радиационной химической разведки и контроля; индивидуальные средства медицинской защиты и средства для оказания первой медицинской помощи при ранениях и травмах.

учебно-лабораторная база – специализированные классы:

- подготовки по общевоинским уставам;
- огневой подготовки из стрелкового оружия;
- тактической подготовки и военной топографии;
- подготовки по радиационной, химической и биологической защите;
- военно-медицинской подготовки;
- военно-политической подготовки.

строевой плац, место несения службы во внутреннем наряде, тир (интерактивный лазерный тир);

информационные ресурсы (средства) обучения и материальная база для их использования: учебная библиотека, учебная и специальная литература, компьютерные программы, кино-, фото- и видеоматериалы, автоматизированные рабочие места с доступом к электронно-образовательному порталу;

объекты обеспечения образовательного процесса: комната для хранения оружия, строевой плац, место несения службы во внутреннем наряде, тир (интерактивный лазерный тир), складские и служебные помещения.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляется доступ в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

Программа итоговой аттестации по модулю

Определение результатов освоения модуля на основе вычисления оценки по каждому элементу модуля.

Оценка по модулю рассчитывается по формуле:

$$R_j^{mod} = \frac{k_1 R_1 + k_2 R_2 + k_3 R_3 + \dots + k_n R_n + k_{np} R_{np} + R_{куп}}{k_1 + k_2 + k_3 + \dots + k_{np}}$$

Где:

R_j^{mod} – оценка по модулю

$k_1, k_2, k_3, \dots, k_n$ – зачетные единицы дисциплин, входящих в модуль

k_{np} – зачетные единицы по практике

$R_1, R_2, R_3, \dots, R_n$ – оценки по дисциплинам модуля

R_{np} – оценка по практике

$R_{кур}$ – оценка по курсовой работе

В случае, если по дисциплине предусмотрен зачет без оценки, то за оценку по дисциплине принимается «5».

В случае, если по модулю применяется балльно-рейтинговая система, то

$R_1, R_2, R_3, \dots, R_n$ – рейтинговые баллы студента по дисциплинам модуля

R_{np} – рейтинговые баллы студента по практике

$R_{кур}$ – рейтинговые баллы студента по курсовой работе

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования «Балтийский федеральный университет
имени Иммануила Канта»
ОНК «Институт образования и гуманитарных наук»
Высшая школа физической культуры и спорта**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МОДУЛЯ

«Естественно-научные основы физической культуры»

Шифр: 49.03.01

Направление подготовки: «Физическая культура»

Направленность образовательной программы: «Спортивная подготовка»

Квалификация выпускника: тренер-преподаватель

Калининград
2026

Лист согласования**Составители:****Л.А. Глинчикова, к.п.н., доцент****Е.О. Ширшова, к.п.н., доцент****Н.В. Винокурова, к.б.н, доцент****Н.Е. Мороз, старший преподаватель****Н.С. Никитин, к.п.н., доцент****И.А. Ребезов, старший преподаватель**

Рабочая программа утверждена на заседании Ученого совета ОНК **«Институт образования и гуманитарных наук»**

Председатель Ученого совета ОНК
«Институт образования и гуманитарных наук, д.п.н.

А.О. Бударина

Руководитель образовательных программ

О.С. Корабовцева

Содержание

1. Название образовательного модуля	4
2. Характеристика образовательного модуля	4
3. Методические указания для обучающихся по освоению модуля	6
4. Программы дисциплин образовательного модуля	
4.1. Программа дисциплины «Анатомия человека»	8
4.2. Программа дисциплины «Физиология человека»	21
4.3. Программа дисциплины «Биохимия человека»	35
4.4. Программа дисциплины «Гигиена»	48
4.5. Программа дисциплины «Биомеханика»	64
4.6. Программа дисциплины «Физиология мышечной деятельности»	81
4.7. Программа дисциплины «Оценка функциональных резервов»	97
5. Программа практики	108
6. Программа итоговой аттестации по модулю	108

1.Название модуля: «Наименование модуля»

2.Характеристика модуля

2.1. Образовательные цели и задачи

Модуль ставит своей целью сформировать у будущих преподавателей физической культуры и спорта культуру естественно-научного мышления и целостное представление о строении и функционировании организма человека в различных условиях, возможностях его адаптации и роли двигательной активности в регуляции работоспособности. Дисциплины модуля вносят вклад в формирование трех общепрофессиональных компетенций, начиная с первой. Эти компетенции позволяют грамотно организовывать двигательную активность человека разного пола и возраста на основе реализации его потребностей с учетом физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических особенностей организма, биомеханических и биохимических основ его функционирования. Это позволит преподавателю в любой сфере физической культуры и спорта формировать базу для гармоничного развития обучающихся.

Для достижения поставленной цели решаются следующие задачи:

- формирование целостного понимания строения и функционирования организма человека при рациональной организации двигательной деятельности,
- формирование достаточного объема естественно-научных знаний для развития компетенций по планированию занятий физическими упражнениями для людей различного пола и возраста,
- подготовка студентов к самостоятельному обеспечению санитарно-гигиенических основ физического воспитания,
- формирование навыков критического анализа научно-методической литературы в сфере физической культуры, в которой используются результаты естественно-научных исследований.

2.2. Образовательные результаты выпускника

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	ОПК-1.1 Определяет цели и задачи занятий физической культурой с учетом пола и возраста занимающихся. ОПК-1.2 Выбирает средства и методы решения задач физического воспитания, адекватные цели занятия, полу и возрасту занимающихся. ОПК-1.3 Использует инструменты планирования занятий с учетом положений теории физической культуры и физиологической характеристики нагрузки.	Знать: общие принципы строения и функционирования организма, нервной системы, сенсорных систем (зрительной, вестибулярной, проприорецепторной), опорно-двигательного аппарата, внутренних органов, особенности влияния физических упражнений на строение организма человека, механизмы развития и регулирования функциональных систем организма, физиологические основы управления двигательной деятельностью, педагогически обоснованные физические нагрузки с точки зрения физиологической характеристики и анатомо-морфологических особенностей занимающихся различного пола и возраста Уметь: анализировать научно-методическую литературу, использующую данные о строении и функциях организма человека, выбирать

		средства и методы физического воспитания с учетом анатомических особенностей занимающихся различного пола и возраста, с учетом физиологической характеристики нагрузки, учитывать принципы физиологической целесообразности в планировании содержания занятий физической культурой и спортом Владеть: анатомической и физиологической терминологией при планировании содержания занятий физическими упражнениями, способами учета анатомо-морфологических и физиологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, инструментами планирования занятий с учетом физиологической характеристики нагрузки и морфофункционального состояния занимающихся различного пола и возраста.
ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	ОПК-4.1 Выбирает оптимальные формы тренировочных занятий различной направленности с учетом пола и возраста обучающихся. ОПК-4.2 Анализирует эффективность используемых тренировочных занятий различной направленности. ОПК-4.3 Классифицирует по мере значимости соревнования в избранном виде спорта и организывает участие спортсменов в них.	Знать: формы занятий различной тренирующей направленности и физиологическую характеристику соревновательной деятельности в избранном виде спорта. Уметь: классифицировать тренировочные нагрузки по преимущественной физиологической направленности с учетом пола и возраста обучающихся, анализирует эффективность их использования. Владеть: технологией проведения тренировочных занятий различной тренирующей направленностью для участия спортсменов в соревнованиях с учетом пола и возраста обучающихся.
ОПК-8. Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий	ОПК-8.1 Анализирует материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий. ОПК-8.2 Определяет основные способы, средства и методы улучшения материально-технического оснащения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий.	Знать: основные понятия, категории, положения, санитарно-гигиенические нормы, оказывающие влияние на здоровье и жизнедеятельность человека; основные методы гигиенических исследований. Уметь: анализировать материально-техническую базу занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий в соответствии с государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами; применять основные методы гигиенических исследований. Владеть: навыками составления основных документов, необходимых для материально-технического оснащения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами проведения данных мероприятий.

БК-2. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	БК-2.1 Выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов для профилактики травматизма БК-2.2 Анализирует причины возникновения травматизма и заболеваний при занятиях физической культурой и спортом, осуществляет профилактические мероприятия.	Знать: сущность физиологических резервов организма, их роль в адаптации и профилактике травматизма и заболеваний при занятиях физической культурой и спортом, средства восстановления физиологических резервов организма Уметь: выбирать способы оценивания физиологических резервов организма для отслеживания влияния занятий физической культурой и спортом и профилактики травматизма и заболеваний, выбирать средства восстановления физической работоспособности Владеть: базовыми способами оценки и восстановления функциональных резервов организма, актуальную степень и возможности его адаптации к физическим нагрузкам
БК-2. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь, проводить работу по предотвращению применения допинга	БК-2.3 Анализирует антидопинговое законодательство, знает основные группы допинговых веществ, физиологические и биомеханические механизмы воздействия допингов и опасность их применения для организма. БК-2.4 Проводит разъяснительную работу по профилактике применения допинга в физкультурно-спортивной деятельности.	Знать: общие физиологические механизмы влияния допингов на организм, риски их применения при различных видах деятельности Уметь: прогнозировать последствия применения допингов для функционального состояния организма Владеть: способами естественно-научной аргументации последствий применения допингов при разъяснительной работе по профилактике применения допинга в физкультурно-спортивной деятельности

3. Методические указания для обучающихся по освоению модуля

Модуль предполагает освоение естественно-научных основ физической культуры и спорта через последовательное углубление учебного материала, разработанного с учетом современных представлений о функционировании организма человека. При изучении модуля необходимо систематически работать с информацией, учитывая взаимосвязь научных дисциплин, рассматривающих строение и функции организма человека на различных уровнях его организации.

При работе на учебных занятиях необходимо вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, формирования собственного мнения о дискуссионных вопросах. При подготовке к практическим занятиям использовать основную рекомендованную литературу и дополнительные источники информации. Обращать особое внимание на сроки отчетности по оценочным средствам, своевременно проходить тестирование в соответствующих курсах, размещенных в электронной образовательной среде университета.

Необходимо обратить внимание, что при аттестации по модулю не предусматривается отдельной процедуры оценивания, оценка определяется по формуле с учетом оценкой, полученных студентом при освоении отдельных дисциплин.

4. Программы дисциплин модуля

4.1 Программа дисциплины «Анатомия человека»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Анатомия человека».	9
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.	9
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы.	9
4. Виды учебной работы по дисциплине.	9
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам.	10
6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.	11
7. Методические рекомендации по видам занятий	14
8. Фонд оценочных средств	14
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	14
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	15
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	17
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	18
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	19
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	19
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	20
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	20
4.	

1. Наименование дисциплины: «Анатомия человека».

Цель дисциплины – сформировать представление о строении организма человека, достаточное для понимания в дальнейшем особенностей его функционирования и планирования нагрузок в соответствии анатомо-морфологическими и физиологическими особенностями занимающихся физической культурой и спортом. Особое внимание уделяется пониманию строения систем и органов, являющихся управляющими, исполнительными и обеспечивающими по отношению к двигательной деятельности – нервной и сенсорной систем, опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	ОПК-1.1 Определяет цели и задачи занятий физической культурой с учетом пола и возраста занимающихся ОПК-1.2 Выбирает средства и методы решения задач физического воспитания, адекватные цели занятия, полу и возрасту занимающихся	Знать: общие принципы строения организма, нервной системы, сенсорных систем (зрительной, вестибулярной, проприорецепторной), опорно-двигательного аппарата (строение суставов, основные мышцы, обеспечивающие движение туловища, головы, конечностей), внутренних органов, особенности влияния физических упражнений на строение организма человека Уметь: анализировать научно-методическую литературу, использующую данные о строении организма человека, выбирать средства и методы физического воспитания с учетом анатомических особенностей занимающихся различного пола и возраста Владеть: анатомической терминологией при планировании содержания занятий физическими упражнениями, способами учета анатомо-морфологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Анатомия человека» представляет собой дисциплину обязательной части блока дисциплин подготовки студентов (входит в модуль «Естественно-научные основы физической культуры»).

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и

практических занятиях (в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

Примерный тематический план:

№	Наименование раздела	Количество аудиторных часов	
		лекционные	практические
1	Введение в предмет, анатомическая терминология, закономерности онтогенеза	2	4
2	Строение и развитие опорно-двигательного аппарата человека	6	12
3	Общие принципы строения и развития нервной и сенсорных систем	6	12
4	Системы внутренних органов	6	12
	Итого	20	40

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Введение в предмет, анатомическая терминология, закономерности онтогенеза	Анатомия как наука, основные анатомические понятия, органы, системы, организм, части тела, плоскости и оси вращения, целостность и фазность онтогенеза, непрерывность, неравномерность, гетерохронность роста и развития организма человека, оценка физического развития, морфологические конституциональные особенности
2	Строение и развитие опорно-двигательного аппарата человека	Учение о костях (скелет, кости, скелет туловища, череп, скелет верхней конечности, скелет нижней конечности), учение о соединении костей (общая артрология, соединение костей черепа, соединение позвонков, костей грудной клетки, верхней конечности, нижней конечности), учение о мышцах (строение мышц, классификация, типы, вспомогательный аппарата, мышцы туловища, головы, верхней и нижней конечностей)
3	Общие принципы строения и развития нервной и сенсорных систем	Структурно-функциональная организация нервной системы, рефлекторная деятельность, филогенез нервной системы, отделы нервной системы, функциональная анатомия центральной нервной системы (строение спинного и головного мозга, проводящие пути), периферическая нервная система,

		вегетативная нервная система, общие принципы и особенности строения сенсорных систем (зрительной, слуховой, вестибулярной, проприорецептивной, болевой, обонятельной, вкусовой чувствительности), органы чувств
4	Системы внутренних органов	Учение о сосудах и внутренних органах: общие принципы строения, кровеносная система, сердце, артерии, вены, лимфатическая система, лимфоидная система, строение пищеварительной системы, строение дыхательной системы, мочеполовой аппарат, железы внутренней секреции.

6. Рекомендуемая тематика занятий

Рекомендуемая тематика учебных занятий *лекционного* типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Введение в предмет, анатомическая терминология, закономерности онтогенеза	Анатомия как наука, основные анатомические понятия, органы, системы, организм, части тела, плоскости и оси вращения, целостность и фазность онтогенеза, непрерывность, неравномерность, гетерохронность роста и развития организма человека, оценка физического развития, морфологические конституциональные особенности
2	Строение и развитие опорно-двигательного аппарата человека	Учение о костях (скелет, кости, скелет туловища, череп, скелет верхней конечности, скелет нижней конечности), учение о соединении костей (общая артрология, соединение костей черепа, соединение позвонков, костей грудной клетки, верхней конечности, нижней конечности), учение о мышцах (строение мышц, классификация, типы, вспомогательный аппарата, мышцы туловища, головы, верхней и нижней конечностей)
3	Общие принципы строения и развития нервной и сенсорных систем	Структурно-функциональная организация нервной системы, рефлекторная деятельность, филогенез нервной системы, отделы нервной системы, функциональная анатомия центральной нервной системы (строение спинного и головного мозга, проводящие пути), периферическая нервная система,

		вегетативная нервная система, общие принципы и особенности строения сенсорных систем (зрительной, слуховой, вестибулярной, проприорецептивной, болевой, обонятельной, вкусовой чувствительности), органы чувств
4	Системы внутренних органов	Учение о сосудах и внутренних органах: общие принципы строения, кровеносная система, сердце, артерии, вены, лимфатическая система, лимфоидная система, строение пищеварительной системы, строение дыхательной системы, мочеполовой аппарат, железы внутренней секреции.

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Введение в предмет, анатомическая терминология, закономерности онтогенеза	Анатомия как наука, основные анатомические понятия, органы, системы, организм, части тела, плоскости и оси вращения, целостность и фазность онтогенеза, непрерывность, неравномерность, гетерохронность роста и развития организма человека, оценка физического развития, морфологические конституциональные особенности
2	Строение и развитие опорно-двигательного аппарата человека	Учение о костях (скелет, кости, скелет туловища, череп, скелет верхней конечности, скелет нижней конечности), учение о соединении костей (общая артрология, соединение костей черепа, соединение позвонков, костей грудной клетки, верхней конечности, нижней конечности), учение о мышцах (строение мышц, классификация, типы, вспомогательный аппарата, мышцы туловища, головы, верхней и нижней конечностей)
3	Общие принципы строения и развития нервной и сенсорных систем	Структурно-функциональная организация нервной системы, рефлекторная деятельность, филогенез нервной системы, отделы нервной системы, функциональная анатомия центральной нервной системы (строение спинного и головного мозга, проводящие пути), периферическая нервная система, вегетативная нервная система, общие принципы и особенности строения сенсорных систем (зрительной, слуховой, вестибулярной, проприорецептивной,

		болевой, обонятельной, вкусовой чувствительности), органы чувств
4	Системы внутренних органов	Учение о сосудах и внутренних органах: общие принципы строения, кровеносная система, сердце, артерии, вены, лимфатическая система, лимфоидная система, строение пищеварительной системы, строение дыхательной системы, мочеполовой аппарат, железы внутренней секреции.

Тематика самостоятельной работы студентов

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Введение в предмет, анатомическая терминология, закономерности онтогенеза	Анатомия как наука, основные анатомические понятия, органы, системы, организм, части тела, плоскости и оси вращения, целостность и фазность онтогенеза, непрерывность, неравномерность, гетерохронность роста и развития организма человека, оценка физического развития, морфологические конституциональные особенности
2	Строение и развитие опорно-двигательного аппарата человека	Учение о костях (скелет, кости, скелет туловища, череп, скелет верхней конечности, скелет нижней конечности), учение о соединении костей (общая артрология, соединение костей черепа, соединение позвонков, костей грудной клетки, верхней конечности, нижней конечности), учение о мышцах (строение мышц, классификация, типы, вспомогательный аппарата, мышцы туловища, головы, верхней и нижней конечностей)
3	Общие принципы строения и развития нервной и сенсорных систем	Структурно-функциональная организация нервной системы, рефлекторная деятельность, филогенез нервной системы, отделы нервной системы, функциональная анатомия центральной нервной системы (строение спинного и головного мозга, проводящие пути), периферическая нервная система, вегетативная нервная система, общие принципы и особенности строения сенсорных систем (зрительной, слуховой, вестибулярной, проприорецептивной, болевой, обонятельной, вкусовой чувствительности), органы чувств
4	Системы внутренних органов	Учение о сосудах и внутренних органах: общие принципы строения, кровеносная

		система, сердце, артерии, вены, лимфатическая система, лимфоидная система, строение пищеварительной системы, строение дыхательной системы, мочеполовой аппарат, железы внутренней секреции.

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Введение в предмет, анатомическая терминология, закономерности онтогенеза	ОПК-1.1. ОПК-1.2.	ориентировочный этап – устный опрос, тестирование
Строение и развитие опорно-двигательного аппарата человека		деятельностный этап – доклад-презентация
Общие принципы строения и развития нервной и сенсорных систем		контрольно-корректировочный этап - контрольная работа, зачет
Системы внутренних органов		

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля

- Устный опрос:

Устный опрос проводится на учебных занятиях практического типа согласно тематике лекционных, практических занятий и самостоятельной работы в соответствии с рейтинг-планом дисциплины и учебным расписанием.

Примерные вопросы по разделам:

- Введение в предмет, анатомическая терминология, закономерности онтогенеза
 - анатомия как наука, основные анатомические понятия, органы, системы, организм, части тела, плоскости и оси вращения, целостность и фазность онтогенеза, непрерывность, неравномерность, гетерохронность роста и развития организма человека, оценка физического развития, морфологические конституциональные особенности человека
- Строение и развитие опорно-двигательного аппарата человека
 - учение о костях (скелет, кости, скелет туловища, череп, скелет верхней конечности, скелет нижней конечности), учение о соединении костей (общая артрология, соединение костей черепа, соединение позвонков, костей грудной клетки, верхней конечности, нижней конечности), учение о мышцах (строение мышц, классификация, типы, вспомогательный аппарата, мышцы туловища, головы, верхней и нижней конечностей)
- Общие принципы строения и развития нервной и сенсорных систем
 - структурно-функциональная организация нервной системы, рефлекторная деятельность, филогенез нервной системы, отделы нервной системы, функциональная анатомия центральной нервной системы (строение спинного и головного мозга, проводящие пути), периферическая нервная система, вегетативная нервная система, общие принципы и особенности строения сенсорных систем (зрительной, слуховой, вестибулярной, проприорецептивной, болевой, обонятельной, вкусовой чувствительности), органы чувств
- Системы внутренних органов
 - учение о сосудах и внутренних органах: общие принципы строения, кровеносная система, сердце, артерии, вены, лимфатическая система,

лимфоидная система, строение пищеварительной системы, строение дыхательной системы, мочеполовой аппарат, железы внутренней секреции.

- Тестирование

Тестирование проводится автоматизировано, с использованием электронной обучающей среды университета. Тестирование выполняется после завершения каждого раздела.

Примеры тестовых заданий:

Тип вопроса	Содержание вопроса	Варианты ответов	Правильные ответы
выбор нескольких правильных вариантов	Какие мышцы совершают наклон головы в сторону?	длинная мышца головы	3, 4, 6
		задняя прямая мышца головы	
		трапецевидная мышца	
		ремённая мышца головы	
		передняя прямая мышца головы	
		грудино-ключично-сосцевидная мышца	
выбор нескольких правильных вариантов	Какие мышцы совершают движение плечевого пояса вперёд?	большая грудная мышца	1, 3, 4
		малая ромбовидная мышца	
		малая грудная мышца	
		передняя зубчатая мышца	
		большая ромбовидная мышца	
		широкая мышца спины	
выбор нескольких правильных вариантов	Какие мышцы совершают движение плечевого пояса вверх?	широчайшая мышца спины	3, 4, 6
		малая грудная мышца	
		трапецевидная мышца	
		большая ромбовидная мышца	
		большая грудная мышца	
		малая ромбовидная мышца	
выбор одного правильного варианта	Какие суставы считаются простыми?	суставы образованные суставными поверхностями простой (несложной) формы	2
		суставы образованные суставными поверхностями двух костей	
		суставы образованные суставными поверхностями трёх и более костей	
выбор одного правильного варианта	Какие суставы считаются сложными?	суставы образованные суставными поверхностями сложной формы	3
		анатомически разделенные суставы, функционирующие содружественно	
		суставы образованные суставными поверхностями трёх и более костей	
выбор одного правильного варианта	Откуда берет начало малый круг кровообращения?	из левого предсердия	4
		из правого предсердия	
		из левого желудочка	
		из правого желудочка	
выбор одного правильного варианта	Какая мышечная ткань составляет стенку сердца?	гладкая	2
		поперечно-полосатая произвольная	
		поперечно-полосатая произвольная	

- Контрольные работы

Контрольные работы выполняются письменно, по завершению каждого раздела. Контрольная работа состоит из двух частей – схемы и текста. В течение 40 минут студент готовит схему и развернутый ответ на один из вопросов. Схема строится по принципу ментальной карты. В центр выставляется орган или система согласно наименованию вопроса, затем обозначаются ветки первого, второго и далее порядка в зависимости от

сформированного у студента представления о строении заданного темой органа или системы.

Примерные темы контрольных работ по разделам:

- Введение в предмет, анатомическая терминология, закономерности онтогенеза
 - анатомия как наука, основные анатомические понятия, органы, системы, организм, части тела, плоскости и оси вращения, целостность и фазность онтогенеза, непрерывность, неравномерность, гетерохронность роста и развития организма человека, оценка физического развития, морфологические конституциональные особенности человека
- Строение и развитие опорно-двигательного аппарата человека
 - учение о костях (скелет, кости, скелет туловища, череп, скелет верхней конечности, скелет нижней конечности), учение о соединении костей (общая артрология, соединение костей черепа, соединение позвонков, костей грудной клетки, верхней конечности, нижней конечности), учение о мышцах (строение мышц, классификация, типы, вспомогательный аппарата, мышцы туловища, головы, верхней и нижней конечностей)
- Общие принципы строения и развития нервной и сенсорных систем
 - структурно-функциональная организация нервной системы, рефлекторная деятельность, филогенез нервной системы, отделы нервной системы, функциональная анатомия центральной нервной системы (строение спинного и головного мозга, проводящие пути), периферическая нервная система, вегетативная нервная система, общие принципы и особенности строения сенсорных систем (зрительной, слуховой, вестибулярной, проприорецептивной, болевой, обонятельной, вкусовой чувствительности), органы чувств
- Системы внутренних органов
 - учение о сосудах и внутренних органах: общие принципы строения, кровеносная система, сердце, артерии, вены, лимфатическая система, лимфоидная система, строение пищеварительной системы, строение дыхательной системы, мочеполовой аппарат, железы внутренней секреции.

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

Примерный перечень вопросов к зачету:

1. Анатомия как наука
2. Основные анатомические понятия (органы, системы, организм)
3. Части тела, плоскости и оси вращения
4. Целостность и фазность онтогенеза
5. Непрерывность, неравномерность и гетерохронность роста и развития организма человека
6. Оценка физического развития человека
7. Морфологические конституциональные особенности человека
8. Учение о костях, строение костей
9. Скелет человека
10. Скелет туловища
11. Скелет головы (череп)
12. Скелет верхней конечности
13. Скелет нижней конечности
14. Учение о соединении костей

15. Соединение костей черепа
16. Соединение позвонков
17. Соединение костей грудной клетки
18. Соединение костей верхней конечности
19. Соединение костей нижней конечности
20. Учение о мышцах, строение мышц
21. Классификация и типы мышц
22. Вспомогательный аппарат мышц
23. Мышцы туловища
24. Мышцы головы
25. Мышцы верхних конечностей
26. Мышцы нижних конечностей
27. Структурно-функциональная организация нервной системы
28. Рефлекторная основа деятельности нервной системы
29. Филогенез нервной системы
30. Отделы нервной системы, общая характеристика
31. Строение спинного мозга
32. Строение головного мозга
33. Проводящие пути спинного мозга
34. Проводящие пути мозжечка
35. Проводящие пути головного мозга
36. Периферическая нервная система
37. Вегетативная нервная система
38. Общие принципы и особенности строения сенсорных систем
39. Строение зрительной системы
40. Строение слуховой системы
41. Строение вестибулярной системы
42. Строение системы проприорецептивной чувствительности
43. Система болевой чувствительности
44. Системы обонятельной и вкусовой чувствительности)
45. Учение о сосудах, общие принципы строения
46. Строение кровеносной системы, артерии, вены
47. Строение сердца
48. Учение о внутренних органах
49. Структура лимфатической системы
50. Характеристика лимфоидной системы
51. Строение пищеварительной системы
52. Строение дыхательной системы
53. Строение мочеполового аппарата
54. Железы внутренней секреции, общие и специфические черты строения

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно	отлично	зачтено	86-100

		принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий			
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степенью самостоятельности и инициативы	<i>Включает низжестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо		71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно		55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Прищепа, И. М. Анатомия человека: учебное пособие / И.М. Прищепа. — Минск: Новое знание; Москва: ИНФРА-М, 2023. — 459 с.: ил. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-985-475-579-3. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Лысова, Н. Ф. Возрастная анатомия и физиология: учебное пособие / Н.Ф. Лысова, Р.И. Айзман. — Москва: ИНФРА-М, 2023. — 352 с. — (Высшее образование). — DOI 10.12737/1136. - ISBN 978-5-16-008972-0. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

Дополнительная литература

3. Бабенко, В. В. Центральная нервная система: анатомия и физиология: Учебник / Бабенко В.В. - Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2016. - 214 с.: ISBN 978-5-9275-2031-2. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
4. Иваницкий, М. Ф. Анатомия человека: учеб. для вузов/ М. Ф. Иваницкий. - 7-е изд. - М.: Олимпия, 2008. - 624 с. Имеются экземпляры в отделах: всего 21: УБ (19), НА(2)

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- НЭБ Национальная электронная библиотека, диссертации и прочие издания
- eLIBRARY.RU Научная электронная библиотека, книги, статьи, тезисы докладов конференций
- ЭБС ZNANIUM.COM

- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)
- Канал профессора БФУ им.И.Канта В.А. Изранова <https://www.youtube.com/@VladimirIzranov>

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов соответствующее ПО и антивирусное программное обеспечение.

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

Для проведения занятий лекционного типа, практических и семинарских занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения лабораторных работ, (практических занятий – при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

4.2. Программа дисциплины «2»

Содержание

1.Наименование дисциплины « Физиология человека »	22
2.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	22
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	22
4. Виды учебной работы по дисциплине	22
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам	22
6.Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине	24
7. Методические рекомендации по видам занятий	28
8. Фонд оценочных средств	28
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	28
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности процессе текущего контроля	29
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	31
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	33
9.Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	33
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	34
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	34
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	34

1. Наименование дисциплины: «Физиология человека».

Цель дисциплины – формировать культуру естественно-научного мышления будущего тренера-преподавателя в сфере физической культуры и спорта, целостное представление об организме человека как развивающейся функциональной системе, взаимодействующей с окружающей средой, а также о возможностях воздействия средств и методов физического воспитания на работоспособность человека.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	ОПК-1.1 Определяет цели и задачи занятий физической культурой с учетом пола и возраста занимающихся ОПК-1.2 Выбирает средства и методы решения задач физического воспитания, адекватные цели занятия, полу и возрасту занимающихся	Знать: основные функции организма, механизмы их развития и регулирования, физиологические основы управления двигательной деятельностью Уметь: анализировать научно-методическую литературу, использующую данные физиологических исследований, учитывать принципы физиологической целесообразности в планировании содержания занятий физической культурой и спортом Владеть: базовой терминологией физиологии для физиологически обоснованного использования средств и методов физического воспитания в планировании занятий физическими упражнениями

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Физиология человека» представляет собой дисциплину обязательной части блока дисциплин подготовки студентов (входит в модуль «Естественно-научные основы физической культуры»).

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и практических занятиях (семинарского типа, в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

Примерный тематический план:

№	Наименование раздела	Количество аудиторных часов	
		лекционные	практические
1	Введение в предмет, базовые принципы функционирования организма человека	4	8
2	Физиология сенсорных и регуляторных систем	6	12
3	Деятельность нервно-мышечного аппарата	4	8
4	Системы внутренних органов	6	12
	Итого	20	40

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Введение в предмет, базовые принципы функционирования организма человека	Предмет, цели и задачи физиологии человека. Связь физиологии с другими науками, значение в подготовке бакалавров физической культуры и спорта. Методы физиологических исследований. Функциональная организация организма. Физиология возбудимых тканей. Строение и функции клеточной мембраны. Потенциал покоя. Потенциал действия.
2	Физиология сенсорных и регуляторных систем	Физиология нервной системы (функции, свойства нейронов, возбуждение и торможение в центральной нервной системе, проведение возбуждения, работа нервных волокон и синапсов, функции отделов нервной системы). Общая физиология сенсорных систем. Особенности зрительной, вестибулярной, слуховой, проприорецепторной, болевой чувствительности. Роль центральной нервной системы в регуляции вегетативных функций. Физиология автономной нервной системы. Физиология эндокринной системы. Обмен веществ и терморегуляция. Общее представление о гомеостазе и иммунитете. Высшая нервная деятельность как основа психической деятельности. Нейрофизиологические основы поведения. Механизмы адаптации.
3	Механизмы управления двигательной деятельностью	Физиология нервно-мышечных синапсов, мышечное сокращение, режимы работы мышц, особенности работы мышечной ткани и мышечных волокон разного типа,

		роль отделов нервной системы в управлении различными видами движений, взаимодействие нервных центров, роль сенсорной информации. Физиологические механизмы двигательного обучения.
4	Системы внутренних органов	Физиология системы крови, деятельность сердца и ее регуляция, кровообращение, физиология дыхания, внешнее дыхание, легочные объемы и емкости, диффузия газов в легких, газотранспорт, регуляция дыхания, физиология пищеварения (типы, особенности пищеварения в разных отделах желудочно-кишечного тракта), система выделения, физиология почек и водно-солевого обмена.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика учебных занятий *лекционного* типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Введение в предмет, базовые принципы функционирования организма человека	Предмет, цели и задачи физиологии человека. Связь физиологии с другими науками, значение в подготовке бакалавров физической культуры и спорта. Методы физиологических исследований. Функциональная организация организма. Физиология возбудимых тканей. Строение и функции клеточной мембраны. Потенциал покоя. Потенциал действия.
2	Физиология сенсорных и регуляторных систем	Физиология нервной системы (функции, свойства нейронов, возбуждение и торможение в центральной нервной системе, проведение возбуждения, работа нервных волокон и синапсов, функции отделов нервной системы). Общая физиология сенсорных систем. Особенности зрительной, вестибулярной, слуховой, проприорецепторной, болевой чувствительности. Роль центральной нервной системы в регуляции вегетативных функций. Физиология автономной нервной системы. Физиология эндокринной системы. Обмен веществ и терморегуляция. Общее представление о гомеостазе и иммунитете. Высшая нервная

		деятельность как основа психической деятельности. Нейрофизиологические основы поведения. Механизмы адаптации.
3	Механизмы управления двигательной деятельностью	Физиология нервно-мышечных синапсов, мышечное сокращение, режимы работы мышц, особенности работы мышечной ткани и мышечных волокон разного типа, роль отделов нервной системы в управлении различными видами движений, взаимодействие нервных центров, роль сенсорной информации. Физиологические механизмы двигательного обучения.
4	Системы внутренних органов	Физиология системы крови, деятельность сердца и ее регуляция, кровообращение, физиология дыхания, внешнее дыхание, легочные объемы и емкости, диффузия газов в легких, газотранспорт, регуляция дыхания, физиология пищеварения (типы, особенности пищеварения в разных отделах желудочно-кишечного тракта), система выделения, физиология почек и водно-солевого обмена.

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Введение в предмет, базовые принципы функционирования организма человека	Предмет, цели и задачи физиологии человека. Связь физиологии с другими науками. Методы физиологических исследований. Функциональная организация организма. Физиология возбудимых тканей. Строение и функции клеточной мембраны. Потенциал покоя. Потенциал действия.
2	Физиология сенсорных и регуляторных систем	Физиология нервной системы (функции, свойства нейронов, возбуждение и торможение в центральной нервной системе, проведение возбуждения, работа нервных волокон и синапсов, функции отделов нервной системы). Общая физиология сенсорных систем. Особенности восприятия зрительной, вестибулярной, слуховой, проприорецепторной, болевой чувствительности. Подкорковые центры обработки сенсорной информации. Высшие центры обработки сенсорной информации. Роль центральной нервной системы в регуляции вегетативных

		функций. Физиология автономной нервной системы. Физиология эндокринной системы (гипоталамо-гипофизарная система, железы внутренней секреции). Обмен веществ и терморегуляция. Общее представление о гомеостазе и иммунитете. Высшая нервная деятельность как основа психической деятельности (условия выработки и виды рефлексов, теория функциональных систем, типы высшей нервной деятельности). Физиология сна. Физиология эмоций. Физиологические механизмы памяти. Нейрофизиологические основы поведения. Механизмы адаптации. Физиология стресса. Биологические ритмы организма. Возрастные особенности развития нервной и сенсорных систем.
3	Механизмы управления двигательной деятельностью	Физиология нервно-мышечных синапсов, мышечное сокращение, режимы работы мышц, особенности работы мышечной ткани и мышечных волокон разного типа, роль отделов нервной системы в управлении различными видами движений, взаимодействие нервных центров, роль сенсорной информации. Физиологические механизмы двигательного обучения.
4	Системы внутренних органов	Физиология системы крови, группы крови, деятельность сердца и ее регуляция, кровообращение, регуляция кровообращения, физиология дыхания, внешнее дыхание, легочные объемы и емкости, диффузия газов в легких, газотранспорт, регуляция дыхания, физиология пищеварения (типы, особенности пищеварения в разных отделах желудочно-кишечного тракта), система выделения, физиология почек и водно-солевого обмена.

Тематика самостоятельной работы студентов

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Введение в предмет, базовые принципы функционирования организма человека	Предмет, цели и задачи физиологии человека. Связь физиологии с другими науками. Методы физиологических исследований. Функциональная организация организма. Физиология

		возбудимых тканей. Строение и функции клеточной мембраны. Потенциал покоя. Потенциал действия.
2	Физиология сенсорных и регуляторных систем	Физиология нервной системы (функции, свойства нейронов, возбуждение и торможение в центральной нервной системе, проведение возбуждения, работа нервных волокон и синапсов, функции отделов нервной системы). Общая физиология сенсорных систем. Особенности восприятия зрительной, вестибулярной, слуховой, проприорецепторной, болевой чувствительности. Подкорковые центры обработки сенсорной информации. Высшие центры обработки сенсорной информации. Роль центральной нервной системы в регуляции вегетативных функций. Физиология автономной нервной системы. Физиология эндокринной системы (гипоталамо-гипофизарная система, железы внутренней секреции). Обмен веществ и терморегуляция. Общее представление о гомеостазе и иммунитете. Высшая нервная деятельность как основа психической деятельности (условия выработки и виды рефлексов, теория функциональных систем, типы высшей нервной деятельности). Физиология сна. Физиология эмоций. Физиологические механизмы памяти. Нейрофизиологические основы поведения. Механизмы адаптации. Физиология стресса. Биологические ритмы организма. Возрастные особенности развития нервной и сенсорных систем.
3	Механизмы управления двигательной деятельностью	Физиология нервно-мышечных синапсов, мышечное сокращение, режимы работы мышц, особенности работы мышечной ткани и мышечных волокон разного типа, роль отделов нервной системы в управлении различными видами движений, взаимодействие нервных центров, роль сенсорной информации. Физиологические механизмы двигательного обучения.
4	Системы внутренних органов	Физиология системы крови, группы крови, деятельность сердца и ее регуляция, кровообращение, регуляция кровообращения, физиология дыхания, внешнее дыхание, легочные объемы и

		емкости, диффузия газов в легких, газотранспорт, регуляция дыхания, физиология пищеварения (типы, особенности пищеварения в разных отделах желудочно-кишечного тракта), система выделения, физиология почек и водно-солевого обмена.

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Введение в предмет, анатомическая терминология, закономерности онтогенеза	ОПК-1.1. ОПК-1.2.	ориентировочный этап – устный опрос, тестирование
Строение и развитие опорно-двигательного аппарата человека		деятельностный этап – доклад-презентация
Общие принципы строения и развития нервной и сенсорных систем		контрольно-корректировочный этап - контрольная работа, зачет
Системы внутренних органов		

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля

- Устный опрос:

Устный опрос проводится на учебных занятиях практического типа согласно тематике лекционных, практических занятий и самостоятельной работы в соответствии с рейтинг-планом дисциплины и учебным расписанием.

Примерные вопросы по разделам:

- Введение в предмет,

базовые принципы функционирования организма человека Предмет, цели и задачи физиологии человека. Связь физиологии с другими науками. Методы физиологических исследований. Функциональная организация организма. Физиология возбудимых тканей. Строение и функции клеточной мембраны. Потенциал покоя. Потенциал действия.

- Физиология сенсорных и регуляторных систем

Физиология нервной системы (функции, свойства нейронов, возбуждение и торможение в центральной нервной системе, проведение возбуждения, работа нервных волокон и синапсов, функции отделов нервной системы). Общая физиология сенсорных систем. Особенности восприятия зрительной, вестибулярной, слуховой, проприорецепторной, болевой чувствительности. Подкорковые центры обработки сенсорной информации. Высшие центры обработки сенсорной информации. Роль центральной нервной системы в регуляции вегетативных функций. Физиология автономной нервной системы. Физиология эндокринной системы (гипоталамо-гипофизарная система, железы внутренней секреции). Обмен веществ и терморегуляция. Общее представление о гомеостазе и иммунитете. Высшая нервная деятельность как основа психической деятельности (условия выработки и виды рефлексов, теория функциональных систем, типы высшей нервной деятельности). Физиология сна. Физиология эмоций. Физиологические механизмы памяти. Нейрофизиологические основы поведения. Механизмы адаптации. Физиология стресса. Биологические ритмы организма. Возрастные особенности развития нервной и сенсорных систем.

- Механизмы управления двигательной деятельностью

Физиология нервно-мышечных синапсов, мышечное сокращение, режимы работы мышц, особенности работы мышечной ткани и мышечных волокон разного типа, роль отделов нервной системы в управлении различными видами движений, взаимодействие нервных

центров, роль сенсорной информации. Физиологические механизмы двигательного обучения.

○ Системы внутренних органов

Физиология системы крови, группы крови, деятельность сердца и ее регуляция, кровообращение, регуляция кровообращения, физиология дыхания, внешнее дыхание, легочные объемы и емкости, диффузия газов в легких, газотранспорт, регуляция дыхания, физиология пищеварения (типы, особенности пищеварения в разных отделах желудочно-кишечного тракта), система выделения, физиология почек и водно-солевого обмена.

- Тестирование

Тестирование проводится автоматизировано, с использованием электронной обучающей среды университета. Тестирование выполняется после завершения каждого раздела.

Примеры тестовых заданий:

Текст вопроса	Варианты ответа		Правильный ответ
Контрольный центр поддержания температуры тела:	Термальный рецептор		3
	Кожные кровяные сосуды		
	Гипоталамус		
	Все вышеприведенное		
Увеличение изначального стимула, который запустил контрольную систему, называется:	Позитивная биологически обратная связь		1
	Негативная биологически обратная связь		
	Установочная точка		
	Прирост		
Некоторые элементы могут играть роль гормонов и нейротрансмиттеров, в зависимости от физиологической системы в которую они вовлечены. Какие это могут быть химические элементы?	Норадреналин.		1
	Инсулин.		
	Ацетилхолин.		
	Гормон щитовидной железы.		
Основу клеточная мембраны составляют:	Фосфолипиды		1
	Белки		
	Углеводы		
	Холестерин		
Гипоталамус:	Состоит из клеток, расположенных в глубине среднего мозга, и управляет балансом и позой		2
	Находится рядом с таламусом и является одним из центров вегетативной регуляции (отвечает за терморегуляцию, регуляцию пищевого поведения, эндокринную координацию)		

	Находится в двигательной зоне коры больших полушарий головного мозга и отвечает за согласование циклических движений		
	Находится в префронтальной коре, синтезирует нейромедиаторы и участвует в обработке эмоциональной информации		
При длительном пребывании в высокогорье произойдет адаптация, которая проявляется в:	Снижении концентрации гемоглобина в крови Увеличении эритропоэза в костном мозге и красной клеточной популяции в крови Увеличении альвеолярной вентиляции Увеличении парциального давления кислорода в крови		2

- Контрольные работы

Контрольные работы выполняются письменно, по завершению каждого раздела. Контрольная работа состоит из двух частей – схемы и текста. В течение 40 минут студент готовит схему и развернутый ответ на один из вопросов. Схема строится по принципу ментальной карты. В центр выставляется орган, система или функция согласно наименованию вопроса, затем обозначаются ветки первого, второго и далее порядка в зависимости от представления студента о функционировании данной системы.

Примерные темы контрольных работ по разделам:

- Введение в предмет: базовые принципы функционирования организма человека. Предмет, цели и задачи физиологии человека. Связь физиологии с другими науками, значение в подготовке бакалавров физической культуры и спорта. Методы физиологических исследований. Функциональная организация организма. Физиология возбудимых тканей. Строение и функции клеточной мембраны. Потенциал покоя. Потенциал действия.

- Физиология сенсорных и регуляторных систем: Физиология нервной системы (функции, свойства нейронов, возбуждение и торможение в центральной нервной системе, проведение возбуждения, работа нервных волокон и синапсов, функции отделов нервной системы). Общая физиология сенсорных систем. Особенности зрительной, вестибулярной, слуховой, проприорецепторной, болевой чувствительности. Роль центральной нервной системы в регуляции вегетативных функций. Физиология автономной нервной системы. Физиология эндокринной системы. Обмен веществ и терморегуляция. Общее представление о гомеостазе и иммунитете. Высшая нервная деятельность как основа психической деятельности. Нейрофизиологические основы поведения. Механизмы адаптации. Физиология стресса.

- Механизмы управления двигательной деятельностью: Физиология нервно-мышечных синапсов, мышечное сокращение, режимы работы мышц, особенности работы мышечной ткани и мышечных волокон разного типа, роль отделов нервной системы в управлении различными видами движений, взаимодействие нервных центров, роль сенсорной информации. Физиологические механизмы двигательного обучения.

- Системы внутренних органов: Физиология системы крови, деятельность сердца и ее регуляция, кровообращение, физиология дыхания, внешнее дыхание, легочные объемы и емкости, диффузия газов в легких, газотранспорт, регуляция дыхания,

физиология пищеварения (типы, особенности пищеварения в разных отделах желудочно-кишечного тракта), система выделения, физиология почек и водно-солевого обмена.

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

Примерный перечень вопросов к зачету/экзамену:

1. Предмет, цели и задачи физиологии человека.
2. Методы физиологических исследований.
3. Функциональная организация организма.
4. Строение и функции клеточной мембраны.
5. Потенциал покоя.
6. Потенциал действия.
7. Функции, свойства нейронов.
8. Возбуждение и торможение в центральной нервной системе.
9. Проведение возбуждения, работа нервных волокон и роль синапсов.
10. Структура и общие принципы работы химического синапса.
11. Функции спинного мозга.
12. Функции отделов ствола головного мозга.
13. Функции мозжечка.
14. Функции промежуточного мозга.
15. Функции базальных ядер.
16. Функции коры больших полушарий головного мозга.
17. Общие принципы работы сенсорных систем.
18. Особенности работы зрительной системы.
19. Особенности работы вестибулярной системы.
20. Физиология слуха.
21. Соматодвигательная чувствительность.
22. Особенности болевой чувствительности.
23. Роль центральной нервной системы в регуляции вегетативных функций.
24. Физиология автономной нервной системы.
25. Физиология эндокринной системы.
26. Обмен веществ.
27. Терморегуляция.
28. Общее представление о гомеостазе.
29. Общее представление об иммунитете.
30. Высшая нервная деятельность.
31. Нейрофизиологические основы поведения.
32. Механизмы адаптации.
33. Физиология нервно-мышечных синапсов.
34. Мышечное сокращение, режимы работы мышц.
35. Особенности работы мышечной ткани и мышечных волокон разного типа.
36. Роль отделов нервной системы в управлении различными видами движений.
37. Взаимодействие нервных центров при управлении движениями.
38. Роль сенсорной информации в управлении движениями.
39. Физиологические механизмы двигательного обучения.
40. Физиология системы крови.
41. Деятельность сердца и ее регуляция.
42. Кровообращение.
43. Общая характеристика функций дыхательной системы.
44. Внешнее дыхание, легочные объемы и емкости.
45. Диффузия газов в легких, газотранспорт.
46. Регуляция дыхания.

47. Типы пищеварения.
48. Особенности пищеварения в разных отделах желудочно-кишечного тракта.
49. Система выделения.
50. Физиология почек и водно-солевого обмена.

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степенью самостоятельности и инициативы	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо		71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно		55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Айзман, Р. И. Физиология человека: учебное пособие / Р. И. Айзман, Н. П. Абаскалова, Н. С. Шуленина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : ИНФРА-М, 2022. — 432 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-009279-9. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Лысова, Н. Ф. Возрастная анатомия и физиология: учебное пособие / Н.Ф. Лысова, Р.И. Айзман. — Москва: ИНФРА-М, 2023. — 352 с. — (Высшее образование). — DOI 10.12737/1136. - ISBN 978-5-16-008972-0. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

3. Физиология человека: учебное пособие / Е.В. Евстафьева, С.А. Зинченко, С.Л. Тымченко [и др.]. — Москва: ИНФРА-М, 2022. — 355 с. + Доп. материалы [Электронный ресурс]. — (Высшее образование: Специалитет). — DOI 10.12737/1085526. - ISBN 978-5-16-016184-6. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

Дополнительная литература

4. Абаскалова, Н. П. Физиологические основы здоровья: учебное пособие / отв. ред. Р. И. Айзман. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: ИНФРА-М, 2022. — 351 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-009280-5. - Текст: электронный. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
5. Физиология с основами анатомии: учебник / под ред. А.И. Тюкавина, В.А. Черешнева, В.Н. Яковлева, И.В. Гайворонского. — Москва: ИНФРА-М, 2021. — 574 с. + Доп. материалы [Электронный ресурс]. — (Высшее образование: Специалитет). - ISBN 978-5-16-011002-8. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
6. Бабенко, В. В. Центральная нервная система: анатомия и физиология: Учебник / Бабенко В.В. - Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2016. - 214 с.: ISBN 978-5-9275-2031-2. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- НЭБ Национальная электронная библиотека, диссертации и прочие издания
- eLIBRARY.RU Научная электронная библиотека, книги, статьи, тезисы докладов конференций
- ЭБС ZNANIUM.COM
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов соответствующее ПО и антивирусное программное обеспечение.

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

Для проведения занятий лекционного типа, практических занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения практических занятий (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

4.3. Программа дисциплины «Биохимия человека»

1. Наименование дисциплины «Биохимия человека»	36
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	36
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	37
4. Виды учебной работы по дисциплине	37
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам	37
6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине	39
7. Методические рекомендации по видам занятий	40
8. Фонд оценочных средств	41
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	41
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	42
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	43
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	44
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	45
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	46
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	46
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	46

1. Наименование дисциплины – «Биохимия человека»

Цель освоения дисциплины: приобретение знаний о химическом составе организма и реакциях, лежащих в основе жизнедеятельности, что позволит понять сущность процессов, определяющих физическую работоспособность, адаптационные изменения, двигательные возможности человека, закономерности протекания восстановительных процессов.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код и содержание компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ОПК – 1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	ОПК-1.3 Использует инструменты планирования занятий с учетом положений теории физической культуры и физиологической характеристики нагрузки.	Знать: • основные понятия биологической химии, ее связь с биологией, медициной, спортом. • классификацию и свойства веществ живого организма, их биологическую роль • основные направления обмена веществ • основные этапы освобождения энергии и формы накопления энергии в организме • основные пути распада белков, углеводов и липидов в организме • строение и свойства мышечной ткани и основные энергетические процессы при мышечной деятельности • биохимические особенности человека в зависимости от возраста • методы биохимического контроля Уметь: • излагать и критически анализировать информацию о биохимических процессах • подобрать адекватные поставленным задачам методы биохимического контроля и интерпретировать получаемые в ходе исследований результаты Владеть: • навыками интерпретации основных биохимических показателей • навыками поиска необходимых материалов в справочных изданиях и литературе

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Биохимия человека» представляет собой дисциплину обязательной части, входит в модуль «Естественно-научные основы физической культуры».

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и практических занятиях (семинарского типа, в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1.	Тема 1. Введение. Предмет, цели и задачи биохимии.	Предмет и структура биохимии. Биохимия спорта как один из разделов функциональной биохимии. Общая характеристика живых организмов, их отличие от неживой природы.
2.	Тема 2. Биохимия макромолекул.	Белки и аминокислоты. Состав белковой молекулы. Протеиногенные аминокислоты, строение, свойства, классификация. Уровни структуры белковой молекулы. Физико-химические свойства белков. Протеины и протеиды. Характеристика отдельных представителей. Углеводы. Классификация: моносахариды, олигосахариды, полисахариды. Структура, физико-химические свойства. Отдельные представители. Липиды. Классификация. Структура и общая характеристика липидов. Протоплазматический и резервный жиры. Физико-химические свойства. Нейтральные жиры. Сложные жиры: фосфолипиды, гликолипиды. Биологическое значение липидов. Ферменты. Особенности ферментов как биологических катализаторов в живом организме. Химическая природа и строение ферментов. Механизм действия ферментов. Факторы, влияющие на действие ферментов. Нуклеиновые кислоты. Два типа нуклеиновых кислот: ДНК и РНК. Структуры. Принцип комплементарности азотистых оснований для ДНК. Разновидности РНК. Биологическое значение нуклеиновых кислот. Витамины. Классификация витаминов: жирорастворимые и водорастворимые витамины. Биологическое действие. Факторы, влияющие на дефицит витаминов. Антивитамины. Гормоны. Значение гормонов для жизнедеятельности организма человека. Анатомическая и химическая классификации гормонов. Механизм действия гормонов.
3.	Тема 3. Обмен веществ и энергии.	Общие закономерности обмена веществ и энергии. Преобразования веществ и энергии, лежащие в основе

		физиологических функций, их регуляция. Обмен веществ как основа жизненных процессов. Анаболизм и катаболизм. Энергетический обмен, его особенности. Основные этапы освобождения энергии пищевых веществ. Биологическое окисление. Цикл трикарбоновых кислот (Цикл Кребса). Дыхательная цепь ферментов. Обмен углеводов. Превращение углеводов в процессе пищеварения. Анаэробный и аэробный гликолиз и гликогенолиз. Синтез гликогена. Обмен белков и аминокислот. Пути распада белков до аминокислот. Заменяемые и незаменимые аминокислоты. Превращение аминокислот в организме. Устранение аммиака. Биосинтез белка. Роль нуклеиновых кислот в биосинтезе белка. Понятие о генетическом коде. Обмен липидов. Превращение липидов в процессе пищеварения. Роль желчных кислот в процессе пищеварения. Окисление глицерина. β-Окисление жирных кислот. Синтез жиров. Взаимосвязь и регуляция обмена веществ. Взаимопревращения веществ различных классов. Амфиболическая роль цикла трикарбоновых кислот. Два уровня регуляции обменных процессов – внутриклеточный и эндокринный.
4.	Тема 4. Спортивная биохимия.	Биохимия мышц и мышечного сокращения. Строение и состав мышечной ткани. Теория скольжения нитей. Механизм электромеханического сопряжения. Биохимические процессы при мышечной деятельности. Биохимические процессы при мышечной деятельности. Пути ресинтеза АТФ при мышечной работе. Потребление кислорода при мышечной работе. Транспорт кислорода к работающим мышцам. Биохимические изменения в организме при утомлении и в период отдыха после мышечной работы. Биохимические основы силы, быстроты, выносливости человека; биохимические факторы спортивной работоспособности. Биохимические факторы утомления. Последовательность восстановления энергетических запасов после мышечной работы. Устранение продуктов распада. Закономерности биохимической адаптации в процессе спортивной тренировки. Физические нагрузки. Адаптация и тренировочный эффект. Закономерности развития биохимической адаптации и принципы тренировки. Специфичность, обратимость и последовательность адаптационных изменений в организме при тренировке. Биохимический контроль при занятиях физической культурой и спортом. Биохимические основы рационального питания. Задачи, виды и организация биохимического контроля. Объекты исследования и основные биохимические показатели. Биохимический контроль за уровнем тренированности, утомления и восстановления организма спортсмена

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Тематика лекционных занятий

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Содержание темы занятия
1	Тема 1. Введение. Предмет, цели и задачи биохимии.	Строение и свойства химических соединений, входящих в состав организма человека и поступающих с пищей.
2	Тема 2. Биохимия макромолекул.	Биологическое значение белков. Биологическое значение углеводов. Структура биологических мембран Классификация ферментов. Пищевые источники витаминов. Передача гормонального сигнала
3	Тема 3. Обмен веществ и энергии.	Макроэргические соединения. АТФ. Обмен воды и минеральных веществ. Содержание воды в организме и распределение ее между тканями. Роль микроэлементов в регуляции биохимических процессов. Регуляция обмена веществ
4	Тема 4. Спортивная биохимия.	Быстрые и медленные мышечные волокна. Возрастные и половые особенности протекания биохимических процессов при занятиях физическими упражнениями. Биохимические основы рационального питания при занятиях физической культурой.

Тематика практических занятий

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Содержание темы занятия
1	Тема 1. Введение. Предмет, цели и задачи биохимии.	Строение и свойства химических соединений, входящих в состав организма человека и поступающих с пищей.
2	Тема 2. Биохимия макромолекул.	Биологическое значение белков. Биологическое значение углеводов. Структура биологических мембран Классификация ферментов. Пищевые источники витаминов. Передача гормонального сигнала
3	Тема 3. Обмен веществ и энергии.	Макроэргические соединения. АТФ. Обмен воды и минеральных веществ. Содержание воды в организме и распределение ее между тканями. Роль микроэлементов в регуляции биохимических процессов. Регуляция обмена веществ
4	Тема 4. Спортивная биохимия.	Быстрые и медленные мышечные волокна. Возрастные и половые особенности протекания биохимических процессов при занятиях физическими упражнениями. Биохимические основы рационального питания при занятиях физической культурой.

Тематика самостоятельной работы

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Тематика самостоятельных работ
1	Тема 1. Введение. Предмет, цели и задачи биохимии.	Положение биохимии в общей системе естественных наук и её значение для теории и практики физического воспитания.
2	Тема 2. Биохимия макромолекул.	Характеристика основных классов биомолекул, участвующих в организации живых организмов: белки и их комплексы – как основа клеточных структур, углеводы – энергетический источник жизнедеятельности клетки, липиды – запас и биологические мембраны, ферменты, витамины, гормоны – регуляторные классы, нуклеиновые кислоты – информация.
3	Тема 3. Обмен веществ и энергии.	Характеристика основных метаболических путей, обеспечивающих жизнедеятельность клетки. Значение энергетических путей
4	Тема 4. Спортивная биохимия.	Характеристика процессов, определяющих физическую работоспособность, адаптационные изменения, двигательные возможности человека, закономерности протекания восстановительных процессов

7. Методические рекомендации по видам занятий

Освоение данной дисциплины является необходимой частью формирования способности выпускника определять и выбирать педагогически обоснованные технологии, организационные формы, методы и средства контроля, исходя из современных знаний о биохимических процессах в организме человека и их изменений под действием различного вида мышечной работы.

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретным ситуациям из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

Основными видами самостоятельной работы студентов при изучении дисциплины являются:

- изучение дисциплины или её отдельных тем (вопросов) по литературным источникам (учебникам, учебно-методической литературе, Интернету и т.п.);
- конспектирование;
- подготовка к занятиям;
- составление сравнительных таблиц;
- подготовка докладов;
- выполнение презентаций.

Процесс организации самостоятельной работы студентов включает в себя следующие этапы:

1. Подготовительный (определение целей, составление плана самостоятельной работы студентов, подготовка методического обеспечения и т.д.).
2. Основной (реализация плана, использование приемов поиска информации, усвоения, переработки, применения и передачи знаний, фиксирование результатов, самоорганизация процесса работы).
2. Заключительный (оценка значимости и анализ результатов, их систематизация, оценка эффективности плана и приемов работы, контроль качества обучения и выводы о направлениях совершенствования организации самостоятельной работы).

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Тема 1. Введение. Предмет, цели и задачи биохимии.	ОПК-1.3	тестирование
Тема 2. Биохимия макромолекул.		
Тема 3. Обмен веществ и энергии.		контрольная работа / реферат
Тема 4. Спортивная биохимия.		индивидуальное задание

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности процессе текущего контроля

Тестирование (пример теста)

1. Аминокислоты, которые необходимы для синтеза белков, но не синтезируются в организме, называются
 - а) природными
 - б) гетерофункциональными
 - в) небелковыми
 - г) незаменимыми
2. Ферменты, катализирующие частичный гидролиз белков, называются
 - а) липазы
 - б) оксидоредуктазы
 - в) пептидазы
 - г) амилазы
3. В состав ДНК входят:
 - а) аденин, гуанин, цитозин, урацил
 - б) аденин, гуанин, цитозин, тимин
 - в) 2-метиладенин, 5-метилцитозин, урацил, тимин
 - г) урацил, тимин, цитозин, аденин
4. Водорастворимым является витамин:
 - а) ретинол
 - б) токоферол
 - в) витамин К
 - г) тиамин
5. Конечным продуктом белкового обмена человека является:

а) Аммиак	б) Мочевина
в) Аргинин	д) Глутамин
6. Где происходит утилизация молочной кислоты после совершения физической нагрузки
 - а) В печени
 - б) В мышце
 - в) В сердце
 - г) В почках

Реферат

Реферат – творческая исследовательская работа, основанная, прежде всего, на изучении значительного количества научной и иной литературы по теме исследования.

Цель написания реферата – привитие студенту навыков краткого и лаконичного представления собранных материалов и фактов в соответствии с требованиями, предъявляемыми к научным отчетам, обзорам и статьям.

№ п/п	Наименование темы реферата
1	Витамины как кофакторы ферментов.
2	Роль гормонов в мышечной деятельности.
3	Общая характеристика жидкостных сред организма. Кровь. Лимфа.
4	АТФ и её роль в энергетическом обмене

5	Химический состав, структура и функции мышечной ткани.
6	Источники энергии при мышечной работе.
7	Транспорт кислорода к работающим мышцам.
8	Биохимические факторы спортивной работоспособности.
9	Биохимические изменения в отдельных органах и тканях при мышечной работе. Изменения в организме при утомлении и во время отдыха после мышечной работы.
10	Физические нагрузки, адаптация и тренировочный эффект. Влияние тренировок на работоспособность организма.
11	Закономерности биохимической адаптации в процессе спортивной тренировки.
12	Пластическая и энергетическая функции питания. Роль питания спортсменов в повышении работоспособности

Контрольная работа, выполняется письменно, в виде развернутого эссе со ссылками на источники информации, примеры вопросов:

1. Характеристика гликогена и места его депонирования в организме
2. Охарактеризовать аэробные пути получения энергии в работающей мышце
3. Механизмы транспорта кислорода к работающим мышцам
4. Роль микроэлементов в обмене веществ
5. Роль гормонов в мышечной деятельности

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

1. Предмет биохимии. Химический состав живого организма. Отличие живых организмов от неживой природы.
2. Аминокислоты, их классификация. Заменяемые и незаменимые аминокислоты.
3. Белки. Элементарный и химический состав. Виды связей в молекуле белка. Структуры белка. Классификация белков. Биологические функции белков.
4. Нуклеиновые кислоты. ДНК и РНК. Их состав и строение. Разновидности РНК. Биологическая роль нуклеиновых кислот.
5. Углеводы. Классификация. Биологическая роль углеводов.
6. Липиды. Общая характеристика и классификация. Биологическая роль липидов в организме.
7. Ферменты. Особенности ферментов как катализаторов. Химическая природа и строение ферментов. Механизм действия. Классификация ферментов.
8. Витамины. Их классификация. Роль витаминов в организме. Факторы, влияющие на дефицит витаминов.
9. Гормоны. Химическое строение и значение гормонов для жизнедеятельности организма человека.
10. Общие закономерности обмена веществ в организме. Анаболизм и катаболизм. Окислительные реакции как источник энергии метаболизма.
11. Биологическое окисление. Дыхательная цепь ферментов биологического окисления. ФАД и НАД, система цитохромов.
12. Роль АТФ в энергетическом обмене. Значение митохондрий.
13. Обмен углеводов. Превращение углеводов в процессе пищеварения. Синтез гликогена.
14. Обмен липидов. Превращение липидов в процессе пищеварения. Роль желчных кислот.

15. Обмен белков. Пути распада белков до аминокислот. Конечные продукты распада аминокислот. Синтез белков. Понятие о генетическом коде.
16. Обмен воды в организме. Микроэлементы и их роль в организме.
17. Взаимосвязь обмена веществ в организме.
18. Биохимия мышц и мышечного сокращения. Строение и химический состав мышечной ткани.
19. Биоэнергетические процессы при мышечной деятельности (общая характеристика)
20. Роль гормонов в мышечной деятельности.
21. Анаэробные пути ресинтеза АТФ.
22. Аэробные пути ресинтеза АТФ.
23. Транспорт кислорода к работающим мышцам и его потребление при мышечной работе.
24. Биохимические факторы спортивной работоспособности.
25. Биохимические факторы утомления.
26. Последовательность восстановления энергетических запасов и устранение продуктов распада после мышечной работы.
27. Закономерности развития биохимической адаптации.
28. Задачи, виды и организация биохимического контроля.
29. Основные биохимические показатели.
30. Биохимические основы рационального питания при занятиях физической культурой.

Критерии оценок знаний студентов на зачете

“зачтено” выставляется при условии, что студент

- дает полный и развернутый ответ на все вопросы
- показывает всесторонние, систематизированные, глубокие и полные знания программного материала по биохимии человека;
- демонстрирует знание современной учебной и научной литературы по предмету;
- свободно владеет научной терминологией биологической химии;
- показывает стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы;
- показывает высокий уровень знаний биохимических превращений, происходящих в клетке,
- демонстрирует способность самостоятельно и творчески решать поставленные преподавателем проблемные ситуации.

“не зачтено” выставляется при условии, что студент

- показывает фрагментарные знания основного программного материала по биохимии человека;
- не владеет всей научной терминологией по биологической химии
- допускает принципиальные ошибки в ответе на вопросы;
- демонстрирует обрывочные знания теории и практики по данному предмету;
- не способен решить знакомую проблемную ситуацию даже при помощи преподавателя.

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции,	Пятибалльная шкала (академическ	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинго

		критерии оценки (сформированности)	ая) оценка		вая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степенью самостоятельности и инициативы	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо	зачтено	71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно	зачтено	55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

Митякина, Ю. А. Биохимия: учебное пособие / Ю.А. Митякина. — Москва: РИОР : ИНФРА-М, 2022. — 113 с. - ISBN 978-5-9557-0268-1. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1838751>

Михайлов, С. С. Биохимия двигательной деятельности: учебник для вузов и колледжей физической культуры / С. С. Михайлов. - 7-е изд., стер. - Москв : Человек, 2018. - 296 с. - ISBN 978-5-906132-23-9. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1199193>

Дополнительная литература

Биохимия: учебник/ [Л. В. Авдеева [и др.] ; под ред. Е. С. Северина. - 5-е изд., испр. и доп.. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2014. - 759, [1] с.: ил., рис., табл. - Предм. указ.: с. 748-759. Имеются экземпляры в отделах: всего 20: УБ(19), МБ(ЧЗ)(1)

Плакунов, В. К. Основы динамической биохимии: учебник / В. К. Плакунов, Ю. Л. Николаев. - Москва: Логос, 2020. - 216 с. - (Новая университетская библиотека). - ISBN 978-5-98704-493-3. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1213076>

Проскурина, И. К. Биохимия [Электронный ресурс]: учеб. для вузов/ И. К. Проскурина. - 2-е изд., стер.. - Москва: Академия, 2014. - 1 эл. опт. диск (CD-ROM), 333, [2] с.: ил., рис., табл.. - (Высшее образование - бакалавриат). - Библиогр.: с. 329-330. - Лицензия до 31.12.2020 г. Имеются экземпляры в отделах: всего 2: ЭБС Кантиана(1), ч.з.N1(1)

Чиркин, А. А. Биохимия филогенеза и онтогенеза : учеб. пособие / А.А. Чиркин, Е.О. Данченко, С.Б. Бокуть. ; под общ. ред. проф. А.А. Чиркина. — Минск : Новое знание ; М. : ИНФРА-М, 2012. —288 с., [4 л.] ил. : ил. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-006024-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/318147>

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.

- eLIBRARY.RU Научная электронная библиотека (книги, статьи, тезисы докладов конференций)
- ЭБС ZNANIUM.COM
- Электронная библиотечная система Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту (Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма <http://lib.sportedu.ru/>)
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)
- Ресурс для специалистов, занимающихся обеспечением медико-биологической подготовкой спортсменов <http://medicinesport.ru/>

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов соответствующее ПО и антивирусное программное обеспечение.

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

Для проведения занятий лекционного типа, практических занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения практических занятий (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

4.4. Программа дисциплины «Гигиена»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Гигиена»	49
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	49
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	49
4. Виды учебной работы по дисциплине	
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам	
6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине	
7. Методические рекомендации по видам занятий	
8. Фонд оценочных средств	
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	

1. Наименование дисциплины: «Гигиена».

Цель освоения дисциплины: сформировать у обучающихся основы санитарно-гигиенических знаний в области спортивной гигиены. Подготовить учащихся к самостоятельной педагогической деятельности с использованием практических навыков анализа материально-технической базы занятий и использования основных методов гигиенических исследований.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код и содержание компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ОПК-8. Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий.	ОПК-8.1 Анализирует материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий. ОПК-8.2 Определяет основные способы, средства и методы улучшения материально-технического оснащения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий.	Знать: основные понятия, категории, положения, санитарно-гигиенические нормы, оказывающие влияние на здоровье и жизнедеятельность человека; основные методы гигиенических исследований. Уметь: анализировать материально-техническую базу занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий в соответствии государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами; применять основные методы гигиенических исследований. Владеть: навыками составления основных документов, необходимых для материально-технического оснащения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами проведения данных мероприятий.

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Гигиена» представляет собой дисциплину обязательной части, входит в модуль Естественно-научные основы физической культуры.

4. Виды учебной работы по дисциплине

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы по указанному направлению и профилю, выражаются в академических часах. Часы контактной работы и самостоятельной работы студента и часы, отводимые на процедуры контроля, могут различаться в учебных планах ОПОП по формам обучения. Объем контактной работы включает часы контактной аудиторной работы (лекции/практические занятия), контактной внеаудиторной работы (контроль самостоятельной работы), часы контактной работы в период аттестации. Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Предмет и задачи спортивной гигиены. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы.	Представление о спортивной гигиене как научно-практической дисциплине. Задачи гигиены. Единство организма человека с окружающей средой. Методы гигиенических исследований (метод санитарного описания, физические методы, химические методы, биологические методы, санитарно-статистические методы, клинические методы исследования). Гигиенические нормы и требования. Федеральный закон «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» и СанПиН.
2	Основные гигиенические принципы построения учебно-тренировочного занятия и проведения соревнований	Круглогодичный план тренировки с делением на подготовительный, соревновательный и переходный периоды. Структура тренировочных нагрузок в течение дня, в недельном микроцикле. Важнейшее гигиеническое условие правильного построения тренировочного занятия – чередование упражнений с отдыхом. Основные гигиенические требования к организации и проведению тренировочного процесса и соревнований.
3	Оптимальные гигиенические условия эксплуатации спортивных сооружений	Классификация спортивных сооружений и их соответствие определенным гигиеническим требованиям, обеспечивающим оптимальные условия лицам, занимающимся физической культурой и спортом. Требования, которые регламентируются соответствующими строительными и санитарными нормами и правилами министерства Здравоохранения РФ, отраслевыми нормативно-методическими документами Министерства спорта РФ. Гигиенические требования ко всем спортивным сооружениям независимо от их типа.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Предмет и задачи спортивной гигиены. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы.	Определение, цель и задачи гигиены физической культуры и спорта. Практическое использование методов гигиенических исследований. Формы внедрения в практику гигиенических рекомендаций (нормы, требования, правила, государственные нормы и правила, СанПиН, ПДК, ПДУ, ПДД, ОБУВ, ОДУ).
2	Основные гигиенические принципы построения учебно-тренировочного занятия и проведения соревнований	Влияние различных биоритмов на работоспособность. Влияние различных биоритмов на работоспособность спортсмена (сезонные, недельные, суточные и др.). Основные положения применения гигиенических и оздоровительно-восстановительных средств, повышающих работоспособность и ускоряющих восстановительные процессы.
3	Оптимальные гигиенические условия эксплуатации спортивных сооружений	Гигиенические требования к выбору места, экологическим условиям и ориентации зданий спортивных сооружений. Гигиенические требования к планировке спортивных сооружений. Виды спортивных сооружений. Гигиенические требования к спортивному сооружению: размещение, планировка, освещение, вентиляция, отопление, температурный режим, влажность, оборудование, инвентарь, размеры, цветовое оформление, материалы. Гигиенические требования к основным спортивным сооружениям в избранном виде спорта.

Рекомендуемая тематика самостоятельной работы:

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Предмет и задачи спортивной гигиены. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы.	Характеристика основных этапов становления спортивной гигиенической науки. Выдающиеся ученые спортивной гигиены. Привести примеры основных направлений развития научных исследований в области гигиены физической культуры и спорта. Используя санитарно-эпидемиологические правила и нормативы составить санитарно-статистический и эпидемиологический анализ состояния спортивного сооружения (избранного вида спорта).
2	Основные гигиенические принципы построения учебно-тренировочного занятия и проведения соревнований	Составить таблицу гигиенических норм суточной двигательной активности дошкольников, школьников, студентов. Охарактеризовать гигиенические требования к оборудованию, инвентарю, спортивному сооружению
		общеобразовательной школы, спортивной школы. Разработать план на тему «Гигиенические требования к выбору места проведения учебно-тренировочного сбора, суточного режима, организации питания и питьевого режима, проведению восстановительных мероприятий». Предложения по улучшению санитарно-гигиенических условий в системе подготовки спортсменов в избранном виде спорта
3	Оптимальные гигиенические условия эксплуатации спортивных сооружений	Составить таблицу санитарно-гигиенических требований к различным типам спортивных сооружений (по заданию преподавателя).

7. Методические рекомендации по видам занятий

В структуре дисциплины выделено три темы, каждая из которых изучается на лекционных и практических занятиях, а также в ходе самостоятельной работы. Контроль качества освоения дисциплины проводится на основании результатов следующих материалов: тестовых заданий, написания реферата по одной из предложенных тем и выполнения контрольной работы на тему: «Анализ текущего состояния и разработка стратегии развития спортивного объекта (выбранного из предложенного перечня)».

В содержание лекционного материала входят основные положения теоретического курса дисциплины. Для обеспечения наглядности в лекционных занятиях используются презентации. Слайды презентации позволяют дополнять аудиальное восприятие материала визуальным.

На практических занятиях используются семинарские формы организации, которые предполагают обсуждение результатов изучения лекционного материала, выполнения практических заданий по текущей теме и самостоятельных занятий студентов (согласно спискам тем). Содержание программы позволяет обучающимся проявлять самостоятельность в выборе задач и способов их решения при выполнении практических заданий. Обучающимся объявляются вопросы для подготовки к следующему занятию, даются задания, поясняются основные требования к выполнению заданий. Основной задачей практических занятий является обсуждение результатов самостоятельной работы, включение в обсуждение рассматриваемых вопросов максимального количества обучающихся.

Самостоятельная работа обучающихся включает изучение теоретических материалов, представленных в лекциях, основной и дополнительной литературы, рекомендуемых Интернет-ресурсов, систематизацию и структурирование материала при подготовке рефератов, выполнении контрольной работы. Проверка самостоятельной работы студентов проводится с помощью тестирования, оценивания рефератов и проверки выполненных контрольных работ.

При организации самостоятельной работы студентов используются элементы дистанционного обучения:

- студенты изучают материалы, входящие в учебную программу, теоретическую учебную информацию, глоссарий, таблицы с критериями оценки учебной деятельности и др., расположенные на электронных образовательных ресурсах БФУ им.И.Канта;
- общаются с преподавателем в режимах off-line с помощью сети Интернет (задают вопросы, пересылают выполненные работы, получают ответы и оценки, комментарии и рекомендации по электронной почте или в чатах, форумах, социальных сетях).

Межпредметные связи и подготовка к практикам реализуются на занятиях и в самостоятельной работе студентов с помощью разнообразных средств и методов, например, использование знаний информационных технологий в планировании учебно-тренировочного процесса.

Для оценки теоретических знаний могут использоваться тестовые задания различных типов. Выполняя тестовые задания, чтобы не было ошибок, необходимо понять какого типа предложено задание и внимательно его прочитать, прежде чем выбрать один или несколько, предложенных, правильных ответов либо вписать текстовый правильный ответ.

При написании реферата от обучающегося требуется умение выделить главное в научном тексте, видеть проблемы, которым посвящена работа, а также пути и способы их решения, используемые автором (или авторами).

Структура реферата должна включать следующие составные части и разделы:

1. Титульный лист.
2. Содержание.
3. Введение.
4. Основное содержание.
5. Заключение (выводы).
6. Список литературы.
7. Приложения (если имеются).

Требования к оформлению текстового материала

Реферат должен быть отпечатан на пишущей машинке через два или принтере через 1,5 интервала на одной стороне стандартного листа А4 210x297 мм с соблюдением следующих размеров полей: верхнее и нижнее - 20, правое - 10, левое - 30 мм. Каждая строка должна

содержать не более 60-65 знаков, включая межсловные интервалы, шрифт – 14. Объем реферата не должен превышать 30 и быть не менее 12 страниц машинописного

текста.

Номера страниц указываются на середине верхней части листа без точек и литерных знаков. Каждая страница нумеруется. Первой страницей считается титульный лист (нумерация на ней не ставится), второй – оглавление. Названия основных разделов пишутся прописными буквами, а подразделов – строчными.

Заголовки даются по центру и сверху и снизу отделяются от основного текста тремя интервалами; точки в конце заголовков и подзаголовков не ставятся и переносы в них не рекомендуются.

Текст должен делиться на абзацы, которыми выделяются относительно обособленные по смыслу части. Каждый абзац начинается с красной строки, отступ 5 печатных знаков.

1. Титульный лист.

Работа начинается с титульного листа, на котором указываются название вуза и кафедры, на которой выполнена работа, фамилия, имя и отчество обучающегося (полностью), курс, название и вид работы (реферат), город и год выполнения работы.

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации Балтийский государственный университет имени Иммануила Канта ОНК «Институт образования и гуманитарных наук» Высшая школа физической культуры НАЗВАНИЕ ТЕМЫ Реферат выполнил: студент _ курса очной формы обучения направление подготовки: 49.03.01 «Физическая культура» Иванов Иван Иванович Калининград 20__

2. Содержание (оглавление) - это наглядная схема, перечень всех без исключения заголовков работы с указанием страниц. Заголовки должны быть написаны так, чтобы по расположению можно было судить об их соотношении между собой по значимости (главы, разделы, параграфы и т.п.).

3. Введение. Обоснование выбора темы:

- актуальность, связь с настоящим, значимость в будущем;
- новые, современные подходы к решению проблемы;
- личные мотивы и обстоятельства возникновения интереса к данной теме;
- цель и значимость темы.

4. Основное содержание

- сущность проблемы или изложение объективных сведений по теме реферата;
- критический обзор источников;
- собственные версии, сведения, измерения, оценки

5. Заключение:

- основные выводы;

- результаты и личная значимость проделанной работы; перспективы продолжения работы над темой.

6. Список использованной литературы:

В списке литературы дается перечень использованной литературы в алфавитном порядке с полным библиографическим описанием источников и нумерацией по порядку. При этом в

него включается только та литература, на которую были сделаны ссылки в тексте или выдержки, из которой они цитировались.

7. Приложения.

В приложения включается второстепенный материал, например, анкеты, первичные результаты измерений, схемы приборов и т. п.

После того, как реферат готов, необходимо внимательно его прочитать, сделав необходимые дополнения и поправки, устранить повторение мыслей, выправить текст.

Оформление реферата целесообразнее выполнять на компьютере с использованием современных текстовых и графических редакторов, электронных таблиц.

При оформлении и написании контрольной работы важно понимать, для чего она нужна: в первую очередь, контрольная позволяет преподавателю увидеть уровень знаний обучающегося – то, насколько хорошо он понял пройденный материал. Автору нужно доказать, что он не только владеет материалом в теории, но и может применить его на практике. Этим обусловлена и структура контрольной - работа имеет теоретическую и практическую части.

В теоретической части рассматриваются несколько вопросов. В практической части студенту необходимо выполнить ряд заданий. Кроме того, что студент должен показать уровень своих знаний и глубину понимания материала, ему также требуется: продемонстрировать, что он умеет собирать и анализировать информацию; показать, что он может обобщать данные и делать выводы.

При выполнении и оформлении контрольной работы надо учитывать общие требования, которые предъявляются к работе:

- студент должен придерживаться заданной тематики, не отступая от нее ни на шаг и не меняя тему;
- запрещено менять тему самостоятельно без обращения к преподавателю;
- при оформлении работы нужно учитывать нормы и ГОСТы;
- контрольная работа выполняется на основании не менее семи источников, выбранных автором;
- работа должна быть авторской, в ней должны содержаться собственные выводы студента.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Предмет и задачи спортивной гигиены. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы.	ОПК-8.1 Анализирует материально-техническое	

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контроли- руемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Основные гигиенические принципы построения учебно- тренировочного занятия и проведения соревнований	оснащение занятий, соревнований, спортивно- массовых мероприятий. ОПК-8.2 Определяет основные способы, средства и методы улучшения материально- техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно- массовых мероприятий.	ориентировочный – тестирование
Оптимальные гигиенические условия эксплуатации спортивных сооружений		деятельностный - реферат контрольно-корректировочный - контрольная работа

**8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для
оценки результатов освоения образовательной программы в рамках учебной
дисциплины**

Пример тестовых заданий по дисциплине

№ п/п	Текст вопроса	Варианты ответа		Правильный ответ
1.	Сохранение и укрепление здоровья физкультурников и спортсменов - ... гигиены физической культуры и спорта.	цель		1
		предмет		
		задача		
		объект		
2.	Адаптационные возможности человека имеют в своем развитии ... фазы.	две		2
		три		
		четыре		
		пять		
3.	Начинать занятия такими видами спорта, как спортивная, художественная гимнастика,	четырех		4
		пяти		
		шести		

	плавание по СанПиНам рекомендуется с ... лет	семи		
4.	по энергозатратам 9 минут ходьбы равняется ... минутам прыжков через скакалку.	1,5 2 2,5 3		1
5.	Примерно 18-20% двигательной активности восполняется в быту, а суточная потребность двигательной активности ... шагов – это 4-5 часов ходьбы	10 000 15 000 20 000 25 000		3
6.	Оптимальное время для тренировок:	с 10 до 13 и с 16 до 20 часов с 7 до 10 и с 13 до 16 часов с 9 до 12 и 14 до 17 часов с 10 до 13 и с 14 до 17 часов		1
7.	Выберите и отметьте фамилии ученых, которые не занимались вопросами	Доброславин Гориневский Ушинский		3, 5

	гигиены.	Покровский Левитов Лесгафт		
8.	Слово ... происходит от греческого <<hygienos>> – <<содействующий здоровью>>, <<приносящий здоровье>> и тесно связано с латинским словом <<sanitas>> - <<здоровье>>.			гигиена
9.	Раздел гигиены, изучающий вопросы сохранения и укрепления здоровья конкретного человека путём соблюдения норм и правил гигиены в повседневной жизни - ... гигиена.			спорти вная гигиена
10.	Проведение практических мероприятий по осуществлению требований гигиены в целях охраны и укрепления здоровья людей - ...			санитария
11.	Качество воды искусственных плавательных бассейнов регламентируется ... правилами и нормативами.			санитарно- эпидемиолог ичес кими
12.	Обоснование гигиенических норм, правил и			целью

	мероприятий, реализация которых обеспечивает оптимальные условия для жизнедеятельности, укрепления здоровья и предупреждения заболеваний является ... гигиены.		
13.	Назовите фамилию автора слов, сказанных о значении гигиены: "Закладывается «динамичный стереотип», представляющий собой уравновешенную систему условных рефлексов. Он закрепляется в результате систематической деятельности и на его поддержание требуется меньше нервного напряжения."		Павлов
14.	Первую санитарную станцию в Москве создал гигиенист ... (напишите фамилию).		Эрисман
15.	Гигиена, как наука, не мыслима без лабораторных исследований. Эти исследования проводятся регулярно на всех уровнях государственного контроля и делятся на ... группы.		две
16.	Любое гигиеническое исследование начинается с санитарного ...		описания
17.	По энергозатратам 9 минут ходьбы, равно ... минутам игры в футбол.		3
18.	Выбор и нормирование величин физических нагрузок зависят от различных морфологических и функциональных особенностей, т.е. они должны подбираться с учётом ... детей и подростков.		возрастных особенностей
19.	Знание ... личной гигиены необходимо каждому человеку, но особенно важно для спортсменов, т.к. их строгое соблюдение		правил

	способствует укреплению здоровья, повышению эффективности тренировочных занятий, служит залогом высоких спортивных достижений.		
20.	Соответствие метода очистки воды его действию		1-1, 2-5, 3-4
		Механический	Отстаивание
			Умягчение
		Химический	Обезвреживание
		Физический	Фильтрация
			Коагуляция

Тематика рефератов:

1. Гигиенические требования к местам занятий физическими упражнениями и спортом детей и подростков (детский сад, школа).
2. Гигиенические основы подготовки юных спортсменов.
3. Гигиенические требования к спортивной обуви, одежде и защитным приспособлениям.
4. Основные гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу в школе.
5. Влияние экологических факторов на здоровый образ жизни.
6. Гигиенические восстановительные мероприятия в режиме дня.
7. Гигиенические требования к проведению производственной гимнастики.
8. Гигиенические требования к проведению восстановления после работы.
9. Гигиенические требования к профессионально-прикладной физической подготовке.
10. Гигиенические требования к проведению физкультурно-оздоровительных занятий по месту жительства.
11. Гигиенические особенности применения ландшафтных зон в подготовке спортсменов.
12. Гигиена спортивных сооружений и охрана здоровья спортсменов.
13. Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в условиях временной адаптации.
14. Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в избранном виде спорта.
15. Санитарно-эпидемиологические требования к занятиям физической культурой и спортом

Контрольная работа

«Анализ текущего состояния и разработка стратегии развития спортивного объекта»

Перечень спортивных объектов для анализа: школьный спортивный зал (СОШ № 2, лицеи

№№ 17, 23, Гурьевская гимназия; баскетбольная площадка (общежитие № 3); стадион «Арена Кантаниа»; гимнастический спортивный зал № 2 БФУ им. И. Кантаниа; игровой спортивный зал № 3 БФУ им. И. Кантаниа и др.

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций

Материалы для оценки результатов освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	Критерии оценки
Тестовые задания	Для оценки «зачтено» - 55 % и более правильных ответов;
Реферат	Для оценки «зачтено» - набрать не менее 6 баллов по 10-балльной системе: 20 % - самостоятельность/оригинальность; 20 % - логика изложения материала; 20 % - полнота/информативность; 20 % - творческий подход к выполнению; 20 % - своевременность выполнения задания.
Контрольная работа	Для оценки «зачтено» - набрать не менее 6 баллов по 10-балльной системе: 25 % - правильный выбор методов гигиенических исследований; 25 % - общая грамотность при выполнении задания; 25 % - анализ полученных результатов; 25 % - аккуратность выполнения задания/оформление работы.

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

1. Основные понятия и категории гигиены как науки.
2. Санитарно-гигиенические нормы, оказывающие влияние на здоровье и жизнедеятельность человека.
3. Гигиенические требования к обеспечению безопасности мест занятий физическими упражнениями.
4. Основные методы гигиенических исследований.
5. Нормативно-правовое регулирование санитарно-гигиенического обеспечения физической культуры и спорта.
6. Требования к материально-технической базе занятий избранным видом спорта.
7. Требования к материально-технической базе занятий базовыми видами спорта.
8. Требования к материально-технической базе проведения спортивно-массовых мероприятий.
9. Инструкция по технике безопасности и методам профилактики травматизма, виды, требования, правила составления.

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степени самостоятельности и инициативы	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо	зачтено	71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно	зачтено	55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

Гигиена физической культуры и спорта : учебно-методическое пособие / сост. С. Ю. Махов. - Орел : МАБИВ, 2020. - 84 с. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1497038>

Дополнительная литература

Орехова, И. Л. Возрастная анатомия, физиология и гигиена : учебно-методическое пособие / И.Л. Орехова, Н.Н. Щелчкова, Д.В. Натарева. — Москва : ИНФРА-М, 2019. — 201 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-108402-1. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1077323>

Гигиена : учебник / [П. И. Мельниченко [и др.] ; под ред. П. И. Мельниченко. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2018. - 651 с., [1] л. ил. : ил. - Библиогр.: с. 641-644. - Предм. указ.: с. 645-651. Имеются экземпляры в отделах: МБ (1)

Коваль, В. И. Гигиена физического воспитания и спорта [Электронный ресурс]: учеб. для вузов/ В. И. Коваль, Т. А. Родионова. - 2-е изд., стер.. - Москва: Академия, 2013. - 1 эл. опт. диск (CD- ROM), 314, [2] с.. - Библиогр. в конце гл.. - Лицензия до 31.12.2020 г. Имеются экземпляры в отделах: всего 2: ЭБС Кантиана(1), ч.з.N1(1)

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- eLIBRARY.RU Научная электронная библиотека (книги, статьи, тезисы докладов конференций)
- ЭБС ZNANIUM.COM
- Электронная библиотечная система Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту (Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма lib.sportedu.ru)
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)
- Федеральный закон 52-ФЗ О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения; Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству и содержанию объектов спорта СП 2.1.2.3304-15. <https://meganorm.ru/>
- СанПиН для школ - <https://www.menobr.ru/>

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов соответствующее ПО и антивирусное программное обеспечение.

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

Для проведения занятий лекционного типа, практических и семинарских занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения практических занятий (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п. 11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

4.5. Программа дисциплины «Биомеханика»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Биомеханика».	65
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.	65
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы.	66
4. Виды учебной работы по дисциплине.	66
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам.	66
6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.	67
7. Методические рекомендации по видам занятий	70
8. Фонд оценочных средств	71
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	71
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	72
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	77
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	78
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	79
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	79
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	79
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	80

1. Наименование дисциплины «Биомеханика»

Цель освоения дисциплины: показать целостность и надежность строения и функции двигательной системы человека при организации рациональной деятельности человека в разных сферах; овладеть теоретическими и практическими основами двигательной деятельности в области физической культуры, как фактором формирования здоровья и улучшения уровня жизни людей; получить знания основ биомеханики для создания возможности приспособления к внешней среде в основных видах жизнедеятельности человека, при разной профессиональной деятельности и видах спорта.

Задачи изучения дисциплины:

- обеспечивать уровень подготовленности занимающихся, соответствующий требованиям федеральных государственных образовательных стандартов;
- обеспечивать необходимый запас знаний, двигательных умений и навыков, а также достаточный уровень физической подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код и содержание формируемой компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ОПК – 1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	ОПК-1.2 Выбирает средства и методы решения задач физического воспитания, адекватные цели занятия, полу и возрасту занимающихся	Знать: о предмете, целях и задачах, а также истории развития биомеханики; об основных понятиях биомеханики; о биомеханике опорно-двигательного аппарата человека; о биомеханике статических положений и различных видов движений человека; о методах биомеханического контроля построения движений и физических способностей человека; о биомеханических особенностях моторики человека; о биомеханике физических способностей человека; о биомеханических аспектах и технологиях формирования и совершенствования двигательных действий человека с заданной результативностью
		Уметь: определять биомеханические характеристики движений и тела человека; применять методы биомеханического контроля характеристик движений и физических способностей человека; оптимизации показателей техники движений и предотвращения травм; применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.
		Владеть: биомеханическим анализом состояний и движений человека;

		методами оценки эффективности построения статических положений и организации движений человека на основе биомеханического анализа.

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

дисциплина относится к обязательной части программы ОПОП бакалавров 49.03.01 Физическая культура, входит в модуль «Естественно-научные основы физической культуры».

4. Виды учебной работы по дисциплине

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы по указанному направлению и профилю, выражаются в академических часах. Часы контактной работы и самостоятельной работы студента и часы, отводимые на процедуры контроля, могут различаться в учебных планах ОПОП по формам обучения. Объем контактной работы включает часы контактной аудиторной работы (лекции/практические занятия), контактной внеаудиторной работы (контроль самостоятельной работы), часы контактной работы в период аттестации. Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Наименование темы	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Тема 1. Предмет, содержание, история развития и основные понятия биомеханики человека.	Предмет и объект, основные понятия общей биомеханики человека и двигательной деятельности. Задачи спортивной биомеханики. Развитие мировой и российской биомеханики физической культуры и спорта. Метод биомеханики и методики исследования. Связь биомеханики с другими дисциплинами. Основная информация о предмете, целях и задачах, а также истории развития биомеханики.
2	Тема 2. Основные понятия биомеханики.	Понятийный аппарат биомеханики: кинематика и динамика поступательного и вращательного движения. Биомеханические характеристики тела человека и его движений с учетом действующих на тело сил. Биомеханические характеристики вращательного движения: масс-инерционные, кинематические, динамические; энергетические.
3	Тема 3. Биомеханика опорно-двигательного аппарата человека.	Строение и функции биомеханической системы двигательного аппарата, рычаги. Биокинематические пары и цепи. Степени свободы и связей в суставах тела человека. Механика биологических тканей.

		Трехкомпонентная модель мышцы. Биомеханические свойства мышц. Характеристические кривые мышечного сокращения. Виды и режимы работы мышц в упражнениях на месте.
4	Тема 4. Биомеханика статических положений и движений человека.	Последовательность проведения анализа стойки: нахождение ОЦТ, организация работы мышц, условия для дыхания, оценка упражнения. Модели устойчивости биосистемы. Биомеханика удерживания штанги. Биомеханика вращательных движений в суставах, вращение тела на опоре и в безопорном положении. Биомеханика локомоторных движений на примере ходьбы и бега.
5	Тема 5. Биомеханический контроль движений и физических способностей человека.	Биомеханический контроль двигательных качеств человека. Сила и факторы, ее определяющие. Скоростно-силовые качества, виды проявления быстроты. Устойчивость тела, оценка состояния в разных упражнениях по параметрам стабิโลграммы. Управление вращательным движением. Основные факторы бысродействия человека, структура скоростно-силовых качеств по динамограмме.
6	Тема 6. Биомеханические особенности моторики человека.	Двигательные качества в возрастном аспекте, генетические предпосылки развития. Биомеханические особенности деятельности для предупреждения травматизма, коэффициент эффективности работы человека. Тренажерные устройства, технические средства обучения и тренировки, методы физического и математического моделирования двигательных действий.
7	Тема 7. Биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.	Простейшие модели движений, использование тренажеров и средств тренировки. Биомеханические технологии, основные идеи, методы и средства, пути формирования и совершенствования движений с повышенной, в том числе с заданной результативностью.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика учебных занятий *лекционного* типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

№ п/п	Наименование темы	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Тема 1. Предмет, содержание, история развития и основные понятия биомеханики	Предмет и объект, основные понятия общей биомеханики человека и двигательной деятельности. Задачи спортивной биомеханики. Развитие мировой и российской биомеханики физической культуры и спорта.

	человека.	Метод биомеханики и методики исследования. Связь биомеханики с другими дисциплинами. Основная информация о предмете, целях и задачах, а также истории развития биомеханики.
2	Тема 2. Основные понятия биомеханики.	Понятийный аппарат биомеханики: кинематика и динамика поступательного и вращательного движения. Биомеханические характеристики тела человека и его движений с учетом действующих на тело сил. Биомеханические характеристики вращательного движения: масс-инерционные, кинематические, динамические; энергетические.
3	Тема 3. Биомеханика опорно-двигательного аппарата человека.	Строение и функции биомеханической системы двигательного аппарата, рычаги. Биокинематические пары и цепи. Степени свободы и связей в суставах тела человека. Механика биологических тканей. Трехкомпонентная модель мышцы. Биомеханические свойства мышц. Характеристические кривые мышечного сокращения. Виды и режимы работы мышц в упражнениях на месте.
4	Тема 4. Биомеханика статических положений и движений человека.	Последовательность проведения анализа стойки: нахождение ОЦТ, организация работы мышц, условия для дыхания, оценка упражнения. Модели устойчивости биосистемы. Биомеханика удерживания штанги. Биомеханика вращательных движений в суставах, вращение тела на опоре и в безопорном положении. Биомеханика локомоторных движений на примере ходьбы и бега.
5	Тема 5. Биомеханический контроль движений и физических способностей человека.	Биомеханический контроль двигательных качеств человека. Сила и факторы, ее определяющие. Скоростно-силовые качества, виды проявления быстроты. Устойчивость тела, оценка состояния в разных упражнениях по параметрам стабิโลграммы. Управление вращательным движением. Основные факторы быстроедействия человека, структура скоростно-силовых качеств по динамограмме.
6	Тема 6. Биомеханические особенности моторики человека.	Двигательные качества в возрастном аспекте, генетические предпосылки развития. Биомеханические особенности деятельности для предупреждения травматизма, коэффициент эффективности работы человека. Тренажерные устройства, технические средства обучения и тренировки, методы физического и математического моделирования двигательных действий.
7	Тема 7. Биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.	Простейшие модели движений, использование тренажеров и средств тренировки. Биомеханические технологии, основные идеи, методы и средства, пути формирования и совершенствования движений с повышенной, в том числе с заданной результативностью.

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы занятия
1	Тема 4. Биомеханика статических положений и движений человека.	П.р. № 1. «Определение общего центра тяжести графическим способом». Основные характеристики поступательного движения: масса, вес, сила; их определения, способы вычисления и единицы измерения. Определение положения центров тяжести звеньев тела человека. Определение положения общего центра тяжести (ОЦТ) тела человека по заданной позе путем сложения параллельных сил тяжести. П.р. № 2. «Определение ОЦТ тела человека аналитическим способом». Основные характеристики вращательного движения: момент силы, плечо силы. Нахождение плеча силы по заданному чертежу, вычисление момента силы, приложенного к рычагу. Определение положения ОЦТ тела человека по заданной позе сложением моментов сил тяжести звеньев.
2	Тема 5. Биомеханический контроль движений и физических способностей человека.	П.р. № 3. «Определение кинематических характеристик по промеру». Основные кинематические характеристики, их определения, способы вычисления и единицы измерения. Ознакомление с промером, его определением, выбором и установкой масштаба, подготовкой материалов и зарисовкой промера. Нахождение координаты точек промера с учетом масштаба, перемещения, временных интервалов. Построение таблицы координат характерных точек предложенного промера физического упражнения. П.р. № 4. «Построение и анализ графиков кинематических характеристик двигательного действия». Выбор линейного масштаба скорости, ускорения и времени при построении графиков скоростей и ускорений. Построение векторных и кинематических графиков по данным таблиц. Анализ двигательного действия по данным таблиц.
3	Тема 7. Биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.	П.р. № 5. «Анализ двигательного действия в избранном виде спорта по кинематическим и динамическим характеристикам». Определение основных кинематических характеристик, используемых при разборе движений в пространстве и времени. Определение состава системы движений по кинематическим характеристикам. Разбор основных фаз, периодов, циклов движения. Выделение граничных поз спортсмена. Определение основных кинематических характеристик движений перемещаемых спортсменом тел, их влияние на результат физического упражнения.

		Установление структуры системы движений. Определение основных динамических характеристик, используемых при разборе двигательных действий. Определение состава системы движений. Выявление сил движущих и тормозящих. Оценка влияния динамических характеристик на результат движения. Оценка эффективности приложения сил для более совершенного достижения поставленной цели.

Тематика самостоятельной работы

№ п/п	Наименование темы	Тематика самостоятельных работ
1	Тема 2. Основные понятия биомеханики.	С.р. № 1. «Биомеханика опорно-двигательного аппарата (ОДА)». С.р. № 2. «Биомеханические характеристики тела человека и его движений».
2	Тема 3. Биомеханика опорно-двигательного аппарата человека.	С.р. № 1. «Биомеханика опорно-двигательного аппарата (ОДА)». С.р. № 3 «Строение и функции биомеханической системы двигательного аппарата.
3	Тема 6. Биомеханические особенности моторики человека.	С.р. № 2. «Биомеханические характеристики тела человека и его движений». С.р. № 4. «Биомеханические закономерности гимнастических упражнений». С.р. № 5 «Локомоторные движения». С.р. № 6 «Опорные понятия биомеханики спортивного плавания». С.р. № 7. «Перемещающие движения».

7. Методические рекомендации по видам занятий

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

В ходе самостоятельной работы выполняется подготовка к учебной конференции и выполняются самостоятельные практические работы.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Тема 1. Предмет, содержание, история развития и основные понятия биомеханики человека.	ОПК-1.2	Ориентировочный (начальный) -Тестирование
Тема 2. Основные понятия биомеханики.		
Тема 3. Биомеханика опорно-двигательного аппарата человека.		Деятельностный (основной) – УИРС (самостоятельные работы)
Тема 4. Биомеханика статических положений и движений человека.		
Тема 5. Биомеханический контроль движений и физических способностей человека.		
Тема 6. Биомеханические особенности моторики человека.		Контрольно-корректировочный (завершающий) - выступление на учебной конференции
Тема 7. Биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.		

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности процессе текущего контроля

I. Тесты (примеры тестов).

Выберите один правильный ответ:

1. Что такое «тело отсчета»?

- А) Тело, относительно которого определяется положение объекта
- Б) Тело, от которого начинается движение
- В) Тело, с которым сравнивают по величине другое тело
- Г) Тело, обладающее эталонными размерами

2. В каком ответе верно указаны пространственно-временные характеристики движения?

- А) Координаты тела
- Б) Темп и ритм движения
- В) Длительность движения
- Г) Скорость, угловая скорость, ускорение, угловое ускорение

3. Раздел механики, в котором изучается механическое движение, но не рассматриваются причины этого движения, называется:

- А) Статика
- Б) Динамика
- В) Кинематика
- Г) Механика

4. К характеристике движения материальной точки не относится:

- А) Работа мышц
- Б) Путь, пройденный телом
- В) Перемещение
- Г) Траектория

5. Что не является элементом шагательного движения:

- А) Отталкивание
- Б) Разгон
- В) Торможение
- Г) Ритм

6. Можно ли рассматривать человека как материальную точку?

- А) Можно, если его рост менее 142 см.
- Б) Можно, когда линейное перемещение больше, чем его размеры
- В) Вопрос противоречит здравому смыслу
- Г) Можно, если точка больше человека

7. Какие силы относятся к «дистанционным»?

- А) Силы всемирного тяготения
- Б) Силы трения
- В) Силы упругости
- Г) Силы сопротивления среды

8. Какие движения являются произвольными?

- А) Осуществляемые с усилием воли
- Б) Осуществляемые под влиянием внезапно возникшего интереса
- В) Осуществляемые без усилия воли
- Г) Осуществляемые под руководством лимбической системы мозга

9. Выберите ученого, разработавшего учение об условных рефлексах?

- А) И.П. Павлов
- Б) И.М. Сеченов
- В) П.И. Анохин
- Г) Н.В. Введенский

10. Как называются нейроны, осуществляющие двигательную функцию?

- А) Интернейроны
- Б) Мотонейроны
- В) Вставочные нейроны
- Г) Чувствительные нейроны

11. Назовите функциональную зону в коре больших полушарий мозга, отвечающую за произвольные движения человека:

- А) Премоторная
- Б) Чувствительная
- В) Двигательная
- Г) Ассоциативные поля

12. Какой из анализаторов не участвует в двигательной функции:

- А) Обонятельный
- Б) Двигательный
- В) Локомоторный
- Г) Статический

13. Наиболее уязвимым с точки зрения тяжелых физических нагрузок является:

- А) дошкольный
- Б) младший школьный
- В) подростковый
- Г) юношеский

14. Что не относится к двигательным качествам человека:

- А) Скорость
- Б) Сила
- В) выносливость
- Г) гибкость

15. Мышечное сокращение, при котором длина мышцы не меняется, называется:

- А) Неизменным
- Б) Изометрическим
- В) Постоянным
- Г) Разгибающим

16. Самой большой силой обладает:

- А) Жевательная мышца
- Б) 3-х головая мышца плеча
- В) Икроножная с камбаловидной
- Г) Разгибатели шеи

17. Какое двигательное качество развивается с помощью спортивных игр:

- А) Быстрота
- Б) Ловкость
- В) Выносливость

Г) Гибкость

18. Работа, совершаемая мышцами при выполнении активных движений, называется:

- А) Динамической
- Б) Практической
- В) Статической
- Г) Физической

19. Рычаг, у которого силы расположены по обе стороны от оси, называется рычагом:

- А) 1-го рода.
- Б) 2-го рода.
- В) 3-го рода.
- Г) 4-го рода

Вставьте пропущенное слово:

20) Сила действия равна силе _____.

Ключ: 1а, 2а 3в 4а 5г 6в, 7а, 8а, 9б, 10б, 11а, 12а, 13в, 14а, 15б, 16в 17б, 18г, 19б, 20 противодействия.

Вариант 2

Выберите один правильный ответ:

1. Что такое система отсчета?

- А) Тело, относительно которого определяется положение объекта
- Б) Тело, от которого начинается движение
- В) Тело, с которым сравнивают по величине другое тело
- Г) Тело, относительно которого указывают положение других тел, связанная с ним система координат и часы для отсчета времени.

2. Материальная точка – это:

- А) Тело, движущееся по траектории
- Б) Мельчайшая единица массы
- В) Тело, размерами и внутренней структурой которого, в данных условиях, можно пренебречь.
- Г) Сегмент тела

3. К временной характеристике скорости не относится:

- А) Средняя скорость
- Б) Момент времени
- В) Длительность движения
- Г) Эргометрия

4. В чем отличие механики бега от ходьбы?

- А) При беге больше скорость
- Б) Ходьба требует меньше энергозатрат
- В) При беге отсутствует амортизация
- Г) При беге существует промежуток времени, когда обе ноги находятся в воздухе и нет касания земли ног

5. Форма проявления скоростных качеств?

- А) Быстрота мысли
- Б) Быстрота мышц
- В) Быстрота бега
- Г) Скорость проведения нервного импульса

6. *Что такое локомоция?*

- А) Локализация тела в одной точке
- Б) Элемент физических упражнений
- В) Мышечное сокращение
- Г) Совокупность согласованных движений человека и животных, вызывающих их активное перемещение в пространстве.

7. *Какой способ задания положения точки в пространстве является правильным?*

- А) Рассказать о том, где находится точка
- Б) С помощью координат X и Y
- В) Установкой тела в данную точку пространства
- Г) Естественный, координатный, векторный

8. *Какие движения являются произвольными?*

- А) Осуществляемые с усилием воли
- Б) Осуществляемые под влиянием премоторной зоны коры головного мозга
- В) Осуществляемые без усилия воли
- Г) Осуществляемые под руководством мозжечка системы мозга

9. *Выберите ученого, разработавшего теорию саморегуляции поведения человека:*

- А) И.П. Павлов
- Б) И.М. Сеченов
- В) П.И. Анохин
- Г) Н.В. Введенский

10. *Назовите функциональную зону в коре больших полушарий мозга, отвечающую за произвольные движения человека:*

- А) Премоторная
- Б) Чувствительная
- В) Двигательная
- Г) Ассоциативные поля

11. *Какая из перечисленных структур в головном мозге участвует в произвольных движениях:*

- А) Двигательная зона коры головного мозга
- Б) Премоторная зона коры головного мозга
- В) Мозжечок
- Г) Ассоциативные поля

12. *Наиболее благоприятным возрастом для развития сложных двигательных навыков является:*

- А) дошкольный
- Б) младший школьный
- В) подростковый
- Г) юношеский

13. *Что относится к двигательным качествам человека:*

- А) Прыжки

- Б) Сила
- В) Масса тела
- Г) Бег

14. Мышечное сокращение, при котором длина мышцы уменьшается, называется:

- А) Сокращающим
- Б) Изотоническим
- В) Уменьшающим
- Г) Сгибающим

15. Какое двигательное качество развивается с помощью упражнений, выполняемых в максимально быстром темпе:

- А) Быстрота
- Б) Ловкость
- В) Выносливость
- Г) Гибкость

16. Работа, не связанная с перемещением тела в пространстве, называется:

- А) Динамической
- Б) Практической
- В) Статической
- Г) Физической

17. Кратковременные динамические воздействия называются:

- А) Динамическими
- Б) Физическими
- В) Ударными
- Г) Статическими

18. Средняя максимальная скорость бега человека:

- А) 30 м в сек.
- Б) 20 м в сек.
- В) 18 м в сек.
- Г) 11 м в сек

19. Рычаг, у которого силы расположены по одну сторону от оси, называется рычагом:

- А) 1-го рода.
- Б) 2-го рода.
- В) 3-го рода.
- Г) 4-го рода

Вставьте пропущенное слово:

20. Устойчивость тела человека зависит от площади _____.

Ключ: 1г, 2в, 3г, 4г, 5в, 6г, 7б, 8в, 9в, 10а, 11в, 12б, 13б, 14б, 15в, 16в, 17в, 18г, 19а, 20 опоры

Учебная конференция – студенты готовят иллюстрированный доклад. Примерные темы для выступлений:

1. Вклад в развитие биомеханики древнегреческих и древнеримских ученых.
2. Вклад в развитие биомеханики Леонардо да Винчи.
3. Вклад в развитие биомеханики отечественных ученых.

4. Что собой представляет биомеханика как наука (объект, предмет, цель, задачи, структура).
5. Взаимосвязь биомеханики с другими науками.
6. Задачи биомеханики как науки.
7. Направления развития биомеханики сложились в настоящее время.
8. Биомеханический анализ движения в избранном виде спорта

Критерии оценки выступления на учебной конференции:

<i>Уровень освоения</i>	<i>Критерии</i>	<i>Баллы</i>
<i>Максимальный уровень</i>	–продемонстрировано умение выступать перед аудиторией; –содержание выступления даёт полную информацию о теме; –продемонстрировано умение выделять ключевые идеи; –умение самостоятельно делать выводы, использовать актуальную научную литературу; –высокая степень информативности, компактность слайдов	<i>3</i>
<i>Средний уровень</i>	–продемонстрирована общая ориентация в материале; –достаточно полная информация о теме; –продемонстрировано умение выделять ключевые идеи, но нет самостоятельных выводов; –невысокая степень информативности слайдов; –ошибки в структуре доклада; –недостаточное использование научной литературы	<i>2</i>
<i>Минимальный уровень</i>	–продемонстрирована слабая (с фактическими ошибками) ориентация в материале; –ошибки в структуре доклада; –научная литература не привлечена	<i>1</i>
<i>Минимальный уровень не достигнут</i>	–выступление не содержит достаточной информации по теме; –продемонстрировано неумение выделять ключевые идеи; –неумение самостоятельно делать выводы, использовать актуальную научную литературу.	<i>0</i>

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

1. Предмет и задачи биомеханики.
2. Биомеханика как наука. Биомеханика как учебная дисциплина.
3. Основные направления биомеханики.
4. История развития науки биомеханики. Развитие отечественной биомеханики в 19-20 вв. Вклад отечественных ученых в развитие биомеханики как науки.
5. Кинематика как раздел механики. Понятие механического движения. Материальная точка и ее перемещение. Скорость и временные характеристики движений. Движение равномерное и с ускорением.
6. Кинематика движений человека.
7. Динамика как раздел механики. Законы Ньютона. Кинетическая энергия и механическая работа. Динамика поступательного движения. Масса тела. Центр тяжести тела человека и его перемещение.
8. Работа и мощность человека.

9. Механические свойства тканей опорно-двигательного аппарата человека. Кинематика и динамика опорно-двигательного аппарата.

10. Механические свойства мышц и кожи. Строение мышц. Свойства мышечных клеток. Биодинамика мышечного сокращения.

11. Работа мышц. Методика развития мышечной силы. Развитие выносливости. Развитие гибкости.

12. Патологическая биомеханика опорно-двигательного аппарата. Биомеханика вывиха, переломов, растяжений и разрывов мышц и сухожилий. Влияние физических нагрузок на суставы.

13. Биомеханический контроль и его значение в физической культуре и спорте. Определение объема движений. Ангулография. Гониометрия.

14. Эргометрия как метод исследования работы человека. Методы исследования силы мышц. Динамометрия. Силовой индекс.

15. Антропометрическая и инерционная норма и их определение.

16. Воздействие различных факторов на человеческое тело. Сила и силовые качества. Развитие силы. Гибкость и ее улучшение.

17. Биомеханика движений (локомоций) человека. Виды локомоций.

18. Биомеханика бега и лыжного спорта.

19. Биомеханика прыжков.

20. Биомеханика тяжелой атлетики.

21. Отличительные особенности строения скелета мужчины и женщины. Отличия в моторике мужчин и женщин.

22. Моторная асимметрия человека.

23. Возрастные особенности моторики человека.

24. Этапы развития моторики в детском возрасте.

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степенью самостоятельности и инициативы	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо		71-85
Удовлетворите	Репродуктивная	Изложение в пределах задач	удовлетвори-		55-70

льный (достаточный)	деятельность	курса теоретически и практически контролируемого материала	тельно		
Недостаточный	Отсутствие признаков уровня	удовлетворительного	неудовлетво- рительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

Загrevский, В. И. Биомеханика физических упражнений. - ISBN 978-5-94621-685-2. - Текст: электронный. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znaniy» (1).

Дополнительная литература

Биомеханика двигательной деятельности [Электронный ресурс]: учеб. для высш. проф. образования/ Г. И. Попов, А. В. Самсонова. - 3-е изд., стер.. - Москва: Академия, 2014. - 1 эл. опт. диск (CD-ROM), 314, [1] с.: ил. - (Высшее профессиональное образование). - (Бакалавриат). - Библиогр.: с. 311. Имеются экземпляры в отделах: всего 2: ЭБС Кантиана(1), ч.з.N1(1)

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.

<https://isbweb.org> – официальный сайт Международного общества биомехаников (International Society of biomechanics – ISB);
<http://www.isbs.org> – официальный сайт Международного общества спортивных биомехаников (International Society of Biomechanics in Sport – ISBS).
<https://kinovea.org/> - сайт программы Kinovea для анализа движения.
<https://allasamsonova.ru/> - сайт Самсоновой Аллы Владимировны – доктора педагогических наук, профессора, заведующей кафедрой биомеханики НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург.
ЭБС Кантиана <http://lib.kantiana.ru/irbis/standart/ELIB>
Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <https://www.elibrary.ru/defaultx.asp>
ЭБС «IPRbooks» <http://www.iprbookshop.ru/586.html>
Библиотека БФУ им. И. Канта <http://lib.kantiana.ru/irbis/standart/IBIS>.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов соответствующее ПО и антивирусное программное обеспечение.

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

Для проведения занятий лекционного типа, практических и семинарских занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения лабораторных работ, (практических занятий – при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

4.6. Программа дисциплины «Физиология мышечной деятельности»

Содержание

1.Наименование дисциплины « Физиология мышечной деятельности »	82
2.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	82
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	83
4. Виды учебной работы по дисциплине	83
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам	83
6.Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине	84
7. Методические рекомендации по видам занятий	87
8. Фонд оценочных средств	88
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	88
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности процессе текущего контроля	90
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	93
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	94
9.Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	95
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	95
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	96
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	96

1. Наименование дисциплины: «Физиология мышечной деятельности»

Цель освоения дисциплины: сформировать у студентов достаточный объем знаний в области физиологии мышечной деятельности, и практических навыков использования данных знаний при разработке педагогических технологий в области физической культуры и спорта.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код и содержание компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ОПК – 1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	ОПК-1.1 Определяет цели и задачи занятий физической культурой с учетом пола и возраста занимающихся. ОПК-1.2 Выбирает средства и методы решения задач физического воспитания, адекватные цели занятия, полу и возрасту занимающихся. ОПК-1.3 Использует инструменты планирования занятий с учетом положений теории физической культуры и физиологической характеристики нагрузки.	Знать: педагогически обоснованные физические нагрузки с точки зрения физиологической характеристики и анатомо-морфологических особенностей занимающихся различного пола и возраста. Уметь: выбирает средства и методы решения задач физической культуры с учетом физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических особенностей занимающихся различного пола и возраста. Владеть: инструментами планирования занятий с учетом физиологической характеристики нагрузки и морфофункционального состояния занимающихся различного пола и возраста.
ОПК – 4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в базовых видах спорта.	ОПК-4.1 Выбирает оптимальные формы тренировочных занятий различной направленности с учетом пола и возраста обучающихся. ОПК-4.2 Анализирует эффективность используемых тренировочных занятий различной направленности. ОПК-4.3 Классифицирует по мере значимости	Знать: формы занятий различной тренирующей направленности и физиологическую характеристику соревновательной деятельности в избранном виде спорта. Уметь: классифицировать тренировочные нагрузки по преимущественной физиологической направленности с учетом пола и возраста обучающихся,

	соревнования в избранном виде спорта и организывает участие спортсменов в них.	анализирует эффективность их использования. Владеть: технологией проведения тренировочных занятий различной тренирующей направленностью для участия спортсменов в соревнованиях с учетом пола и возраста обучающихся.

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «**Физиология мышечной деятельности**» представляет собой дисциплину обязательной части, входит в комплексный модуль «Естественно-научные основы физической культуры» основной образовательной программы 49.03.01 «Физическая культура».

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы по указанному направлению и профилю, выражаются в академических часах. Часы контактной работы и самостоятельной работы студента и часы, отводимые на процедуры контроля, могут различаться в учебных планах ОПОП по формам обучения. Объем контактной работы включает часы контактной аудиторной работы (лекции/практические занятия), контактной внеаудиторной работы (контроль самостоятельной работы), часы контактной работы в период аттестации. Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5.Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№	Наименование раздела	Содержание раздела
5.	Основы индивидуальной адаптации. Адаптация к физическим нагрузкам.	Основные понятия теории индивидуальной адаптации человека. Функциональная система. Изменение функций различных органов и систем организма как результат адаптации. Стадии и этапы адаптации. Особенности адаптация к физическим нагрузкам занимающихся различного пола и возраста. Критические замечания традиционной теории адаптации человека к физическим нагрузкам.
6.	Энергообеспечение мышечной деятельности.	Понятие энергообеспечения мышечной деятельности. Критерии: мощность, емкость, эффективность метаболизма мышечной деятельности. Анаэробный порог, аэробный порог,

		максимальное потребление кислорода.
7.	Функциональные резервы организма человека. Факторы, лимитирующие проявление двигательных способностей.	Функциональные резервы организма в ракурсе представлений об их сущности. Классификация функциональных резервов. Факторы, лимитирующие проявление силы, выносливости, быстроты, координационных способностей, гибкости.
8.	Физиологическая классификация физических упражнений. Физиологическая характеристика соревновательной деятельности в избранном виде спорта.	Критерии классификации физических упражнений. Современная классификация физических упражнений. Понятие преимущественной направленности средств физической культуры. Особенности соревновательной деятельности занимающихся различного возраста как основа выбора средств разной тренирующей направленности.
9.	Физиологическая характеристика состояний организма в процессе соревновательной деятельности и занятий физической культурой.	Предстартовые состояния. Разминка и вбрасывание. Устойчивое состояние. Особые состояния при занятиях физической культурой. Утомление. Восстановление. Средства и методы восстановления занимающихся физической культурой разного пола и возраста.
10.	Физическая работоспособность, физиологические факторы ее лимитирующие.	Понятие физической работоспособности. Факторы лимитирующие физическую работоспособность в зависимости от пола и возраста занимающихся физической культурой. Двигательная активность как фактор повышения физической работоспособности.
11.	Физиологические закономерности формирования двигательных умений и навыков	Основные принципы организации двигательных действий. Физиологические механизмы и фазы формирования двигательных навыков (на базе условных рефлексов). Многоуровневая система управления движениями (А.Н. Берштейн): уровень А – тонуса, уровень В – мышечно-суставных связей, уровень С – освоение пространства, Уровень Д – действий.
12.	Особенности занятий физической культурой и спортом с лицами разного пола.	Морфофункциональные особенности женского и мужского организма с точки зрения полового диморфизма. Факторы полового развития. Влияние биологического цикла на работоспособность женщин.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика учебных занятий лекционного типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

Тема 1: Основы индивидуальной адаптации. Адаптация к физическим нагрузкам.

Тема 2: Энергообеспечение мышечной деятельности.

Тема 3: Функциональные резервы организма человека. Факторы, лимитирующие проявление двигательных способностей.

Тема 4: Физиологическая классификация физических упражнений. Физиологическая характеристика соревновательной деятельности в избранном виде спорта.

Тема 5: Физиологическая характеристика состояний организма в процессе соревновательной деятельности и занятий физической культурой.

Тема 6: Физическая работоспособность, физиологические факторы ее лимитирующие.

Тема 7: Физиологические закономерности формирования двигательных умений и навыков.

Тема 8: Особенности занятий физической культурой с лицами разного пола.

Рекомендуемая тематика практических занятий:

Тема 1: Основы индивидуальной адаптации. Адаптация к физическим нагрузкам.

Вопросы для обсуждения: Влияние факторов среды на организм человека. Физические нагрузки как фактор среды. Способы представления результатов адаптации к физическим нагрузкам. Стресс как пусковой механизм адаптации вымысел или реальность? Адаптационный тренирующий резерв. Цена адаптации к физическим нагрузкам. Способы оценки адаптационных возможностей человека.

Тема 2: Энергообеспечение мышечной деятельности.

Вопросы для обсуждения: Энергетические «маркеры» как критерии организации избирательного воздействия средств физической культуры на функциональное состояние занимающийся. Порог аэробно-анаэробного обмена (ПАНО), физиологические факторы возникновения данного состояния. Максимальное потребление кислорода (МПК) эффективности занятий направленных на развитие аэробных возможностей человека. Методы оценки анаэробного порога и максимального потребления кислорода. Методика повышения собственных аэробных возможностей.

Тема 3: Функциональные резервы организма человека. Факторы, лимитирующие проявление двигательных способностей.

Вопросы для обсуждения: Определение средств и методов физической культуры, для развития двигательных способностей исходя из физиологических факторов их лимитирующих.

Выбор педагогически обоснованных технологий для развития двигательных способностей в оздоровительной физической культуры; физическом воспитании; спортивной подготовки.

Тема 4: Физиологическая классификация физических упражнений. Физиологическая характеристика соревновательной деятельности в избранном виде спорта.

Вопросы для обсуждения: Сравнительная характеристика зон относительной мощности по количественным и качественным показателям. Тренирующий потенциал и тренирующий эффект нагрузки с точки зрения физиологии спорта. Способы организации избирательного воздействия средств физической культуры с занимающимися различного пола и возраста.

Физиологическая характеристика особенностей соревновательной деятельности в избранном виде спорта.

Тема 5: Физиологическая характеристика состояний организма человека в процессе соревновательной деятельности и занятий физической культурой.

Вопросы для обсуждения: Возрастные особенности предстартовых состояний, встраивания, утомления и восстановления. Разминка в избранном виде спорта – цель, задачи, средства. Причины переутомления. Методика восстановления занимающихся физической культурой и спортом.

Тема 6: Физическая работоспособность, физиологические факторы ее лимитирующие.

Вопросы для обсуждения: Гипокинезия как фактор снижения физической работоспособности. Методика оздоровительной физической культуры для повышения работоспособности лиц разного пола и возраста.

Тема 7: Физиологические закономерности формирования двигательных умений и навыков.

Вопросы для обсуждения: Критические замечания теории формирования двигательного навыка на базе условного рефлекса. Классификация форм владения двигательным действием. Этапы формирования двигательного навыка. Педагогическая интерпретация проявления умений, навыков.

Тема 8: Особенности занятий физической культурой с лицами разного пола.

Вопросы для обсуждения: Биология полового созревания. Овариально-менструальный цикл как основа планирования педагогических воздействий средствами физической культуры. Феминизм – хорошо или плохо?

Тематика самостоятельной работы студентов

Работа с лекционным материалом, предусматривающая проработку конспекта лекций и учебной литературы, по следующим темам: Тема 1: Основы индивидуальной адаптации. Адаптация к физическим нагрузкам. Тема 2: Энергообеспечение мышечной деятельности. Тема 3: Функциональные резервы организма человека. Факторы, лимитирующие проявление двигательных способностей. Тема 4: Физиологическая классификация физических упражнений. Физиологическая характеристика соревновательной деятельности в избранном виде спорта. Тема 5: Физиологическая характеристика состояний организма в процессе соревновательной деятельности и занятий физической культурой. Тема 6: Физическая работоспособность, физиологические факторы ее лимитирующие. Тема 7: Физиологические закономерности формирования двигательных умений и навыков. Тема 8: Особенности занятий физической культурой с лицами разного пола.

Выполнение домашнего задания к практическим занятиям, предусматривающего подготовку доклада, ситуационного задания, и т.д., по следующим темам: Адаптация к физическим нагрузкам. Факторы, лимитирующие проявление двигательных способностей. Физиологическая характеристика соревновательной деятельности в избранном виде спорта. Физиологическая характеристика состояний организма в процессе соревновательной деятельности и занятий физической культурой. Физическая работоспособность, физиологические факторы ее лимитирующие.

7. Методические рекомендации по видам занятий

Освоение данной дисциплины является необходимой частью формирования способности выпускника определять и выбирать педагогически обоснованные технологии, организационные формы, методы и средства контроля, исходя из возрастных особенностей, функционального состояния занимающихся физической культурой и спортом, самостоятельно осваивать новые педагогические технологии для решения профессиональных задач. Данная дисциплина предполагает взаимосвязанное изучение теоретических, методических и практических вопросов физиологии мышечной деятельности. Таким образом, реализуется практико-ориентированный и компетентностный подходы в соответствии с образовательным стандартом. Термины, определения и различные теоретические аспекты изучаются в непосредственной связи с практической работой.

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

Основными видами самостоятельной работы студентов при изучении дисциплины являются:

1. изучение дисциплины или её отдельных тем (вопросов) по литературным источникам (учебникам, учебно-методической литературе, Интернету и т.п.);

2. конспектирование;
3. подготовка к занятиям;
4. составление сравнительных таблиц;
5. подготовка докладов;
6. выполнение презентаций.

Процесс организации самостоятельной работы студентов включает в себя следующие этапы:

1. Подготовительный (определение целей, составление плана самостоятельной работы студентов, подготовка методического обеспечения и т.д.).
2. Основной (реализация плана, использование приемов поиска информации, усвоения, переработки, применения и передачи знаний, фиксирование результатов, самоорганизация процесса работы).
3. Заключительный (оценка значимости и анализ результатов, их систематизация, оценка эффективности плана и приемов работы, контроль качества обучения и выводы о направлениях совершенствования организации самостоятельной работы).

Последовательность выполнения самостоятельной работы.

Получить у преподавателя индивидуальное задание.

Найти литературные источники и изучить их (в библиотеке, сети интернет и т.п.)

Оформить работу в соответствии с требованиями преподавателю.

Представить работу на практическом занятии.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Тема 1: Основы индивидуальной адаптации. Адаптация к физическим нагрузкам.	ОПК - 1. ОПК – 4.	Доклад

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Тема 2: Энергообеспечение мышечной деятельности.	ОПК - 1. ОПК – 4.	Ситуационное задание
Тема 3: Функциональные резервы организма человека. Факторы, лимитирующие проявление двигательных способностей.	ОПК - 1.	Ситуационное задание
Тема 4: Физиологическая классификация физических упражнений. Физиологическая характеристика соревновательной деятельности в избранном виде спорта.	ОПК - 1. ОПК – 4.	Тест
Тема 5: Физиологическая характеристика состояний организма в процессе соревновательной деятельности и занятий физической культурой.	ОПК - 1. ОПК – 4.	Доклад
Тема 6: Физическая работоспособность, физиологические факторы ее лимитирующие.	ОПК - 1. ОПК – 4.	Кейс
Тема 7: Физиологические закономерности формирования двигательных умений и навыков.	ОПК – 1. ОПК – 4.	Собеседование
Тема 8: Особенности занятий физической культурой с лицами разного пола.	ОПК – 4.	Собеседование

Примечание:

Доклад, сообщение - продукт самостоятельной работы обучающегося, представляющий собой публичное выступление по представлению полученных результатов решения определенной учебно-практической, учебно-исследовательской или научной темы.

Кейс - проблемное задание, в котором обучающемуся предлагают осмыслить реальную профессионально-ориентированную ситуацию, необходимую для решения данной проблемы.

Ситуационное задание - задания, выполняемые обучающимися по результатам пройденной теории, включающие в себя не вопрос – ответ, а описание осмысленного отношения к полученной теории, т.е. рефлексии, либо применению данных теоретических знаний на практике.

Тест - Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося.

Собеседование - Средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной и рассчитанное на выяснение объема знаний, обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.д.

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Типовые задания:

По теме «Основы индивидуальной адаптации. Адаптация к физическим нагрузкам».

Тематика докладов:

- Результат адаптации к физическим нагрузкам целостного организма.
- Результат адаптации к физическим нагрузкам сердечно-сосудистой системы.
- Результат адаптации к физическим нагрузкам дыхательной системы.
- Результат адаптации к физическим нагрузкам мышечной системы.
- Тренированность как результат адаптации.
- Результат адаптации к физическим нагрузкам в избранном виде спорта.
- Методы оценки адаптационных возможностей человека.

По теме «Энергообеспечение мышечной деятельности».

Методика повышения собственных аэробных возможностей:

- 1) Рассчитать должное максимальное потребление кислорода (далее МПК) сравнить с рекомендованной нормой.
- 2) Определить факторы, лимитирующие аэробную производительность.
- 3) Определить средства (физические упражнения) аэробной направленности.
- 4) Уровень интенсивности использования средств (по частоте сердечных сокращений).
- 5) Выбрать метод организации выбранных средств.
- 6) Определить время использования выбранных средств и количество тренировочных занятий в неделю.
- 7) Определить способы контроля использования выбранных средств с целью повышения аэробных возможностей.

По теме «Функциональные резервы организма человека. Факторы, лимитирующие проявление двигательных способностей».

Методика развития двигательных способностей по выбору: силы, быстроты, выносливости, координационных способностей, гибкости:

- 1) Определить возраст и пол занимающихся.
- 2) Определить возрастные сенситивные периоды развития двигательных способностей для выбранного возраста.
- 3) Определить от чего зависит данная способность с точки зрения физиологии спорта.
- 4) Определить средства, методы организации средств, способы контроля уровня развития выбранной двигательной способности.

Методика развития специальных физических качеств избранного вида спорта, обеспечивающих высокие спортивные результаты (ход выполнения работы идентичный вышеперечисленной работы)

По теме: «Физиологическая классификация физических упражнений. Физиологическая характеристика соревновательной деятельности в избранном виде спорта».

Тест (Пример тестовых заданий по теме).

Изотонический режим работы мышц – режим, при котором:

- изменяется длина мышцы, напряжение постоянное
- изменяется напряжение мышцы, длина постоянная
- изменяется длина и напряжение мышцы
- не изменяется длина и напряжение мышцы

Виды спорта циклического характера:

- метание копья
- прыжки в воду
- стрельба из лука
- бег на лыжах

Назовите виды спорта с ациклическим характером движений:

- гребля
- стрельба из лука
- плавание
- бег на коньках

К ситуационным видам спорта относятся:

- хоккей
- легкая атлетика
- конькобежный спорт
- борьба

К упражнениям максимальной мощности не относятся:

- плавание 25 м
- плавание 800 м
- бег 60 м
- бег 100 м

Работа максимальной мощности протекает:

- полностью в анаэробных условиях
- полностью в аэробных условиях
- преимущественно в анаэробных условиях
- нет верного ответа

К зоне умеренной мощности относятся циклические упражнения:

- от 20 до 30 сек;

- от 20-30 сек до 3-5 мин;
- от 3-5 мин до 30-40 мин;
- от 30-40 мин и более.

В системе крови при работе большой мощности количество молочной кислоты:

- увеличивается
- уменьшается
- не изменяется
- нет верного ответа

Минутный кислородный запрос при работе умеренной мощности составляет:

- 2-3,5 л/мин
- 7-14 л/мин
- 8,5-25 л/мин
- 40 л/мин

По объему активной мышечной массы к глобальным упражнениям относятся:

- стрельба из лука
- кувырок в перед
- общеразвивающие упражнения
- бег

К упражнениям для развития выносливости относятся:

- плавание
- жим штанги лежа
- метание копья
- прыжок в длину

По теме: Физиологическая характеристика состояний организма человека в процессе соревновательной деятельности и занятий физической культурой.

Тематика докладов:

- Особенности утомления в избранном виде спорта.
- Переутомление и перенапряжение и его причины.
- Средства восстановления в избранном виде спорта.
- Характеристика восстановительных процессов.

По теме: Физическая работоспособность, физиологические факторы ее лимитирующие.

Методика оздоровительной физической культуры для повышения работоспособности лиц разного пола и возраста.

- 1) Определить пол и возраст занимающихся.
- 2) Выбрать методы и критерии диагностики уровня развития физической

работоспособности.

- 3) Определить факторы, лимитирующие физическую работоспособность.
- 4) Определить средства оздоровительной физической культуры, методы организации средств.
- 5) Определить продолжительность тренировки и количество занятий в неделю.

По теме: «Физиологические закономерности формирования двигательных умений и навыков».

Вопросы:

- Трудности, с которым сталкивается организм при организации и управлении двигательными действиями?
- Условия необходимые для организации и управления двигательным действием (координация движений)?
- Принцип сенсорных коррекций?
- Рефлекторное кольцо, отличие от рефлекторной дуги?
- Эффективный процесс в чем суть и значимость данного явления?
- Уровни организации двигательных действий?
- Педагогическая интерпретация двигательного умения?
- Педагогическая интерпретация двигательного навыка?
- Этапы обучения двигательным действиям: задачи, средства, методы?

По теме: «Особенности занятий физической культурой с лицами разного пола».

Вопросы:

- Возраст как критерий начального отбора в избранный вид спорта?
- Биологический и календарный возраст в чем отличие?
- Методы оценки биологического возраста?
- Особенности периода полового созревания?
- Фаза биологического цикла наивысшей работоспособности женщин спортсменок?
- Половой диморфизм в чем суть?

8.3. Перечень вопросов для промежуточной аттестации по дисциплине

1. Физиология мышечной деятельности (физической культуры) задачи, методы исследования, место в теории физического воспитания.
2. Основные понятия теории индивидуальной адаптации человека.
3. Результат адаптации к физическим нагрузкам.
4. Стадии и этапы адаптации к физическим нагрузкам.
5. Физиологические сдвиги в функциональной системе в результате адаптации к физическим нагрузкам в избранном виде спорта.
6. Понятие энергообеспечения мышечной деятельности. Критерии энергообеспечения.
7. Понятие анаэробного порога, аэробного порога, ПАНО, МПК.
8. Физиологическая классификация физических упражнений по объему активной мышечной массы, по типу мышечной работы, по силе или мощности сокращений, по энергетической стоимости упражнений.
9. Физиологическая характеристика циклической работы умеренной мощности.
10. Физиологическая характеристика циклической работы большой мощности.
11. Физиологическая характеристика циклической работы субмаксимальной мощности.
12. Физиологическая характеристика циклической работы переменной мощности.
13. Функциональные резервы организма и его работоспособность.
14. Классификация функциональных резервов.
15. Физиологические основы развития силы.

16. Физиологические основы развития быстроты.
17. Физиологические основы развития выносливости.
18. Физиологические основы развития координационных способностей (ловкости).
19. Динамика работоспособности во время мышечной деятельности, вработывание, мертвая точка, второе дыхание истинное и кажущееся устойчивое состояние их физиологические механизмы.
20. Роль разминки в достижении оптимальной физической работоспособности.
21. Влияние предстартовых состояний на физическую работоспособность.
22. Факторы, определяющие и лимитирующие работоспособность.
23. Понятие о потребности в двигательной активности. Гипокинезия и гиперкинезия.
24. Утомление. Теории утомления.
25. Фазы компенсированного и некомпенсированного утомления.
26. Физиологические механизмы эмоционального и мышечного утомления.
27. Значение утомления в развитии состояния тренированности.
28. Физиологическая характеристика перетренированности и перенапряжения.
29. Физиологическая характеристика восстановительных процессов.
30. Понятие преимущественной направленности средств физической культуры.
31. Физиологические особенности соревновательной деятельности в избранном виде спорта.
32. Факторы полового созревания.
33. Влияние биологического цикла на работоспособность женщин.
34. Морфофункциональные особенности женского и мужского организма с точки зрения полового диморфизма.
35. Физиологические условия необходимые для организации и управления двигательными действиями.
36. Характеристика двигательного умения, навыка.
37. Этапы обучения двигательным действиям, педагогическая интерпретация умения, навыка.

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, освоения (рейтинговая оценка) %
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степени	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими	хорошо	зачтено	71-85

	самостоятельности и инициативы	теоретические положения или обосновывать практику применения			
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно	зачтено	55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

Орехова И. Л. Возрастная анатомия, физиология и гигиена [Электронный учебник] : учебно-методическое пособие / И. Л. Орехова, Н. Н. Щелчкова, Д. В. Натарева. - ИНФРА-М, 2019. - 1 on-line, 201 с. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

Физиология человека [Электронный учебник] : учебное пособие / Е.В. Евстафьева, С.А. Зинченко, С.Л. Тымченко [и др.]. - ИНФРА-М, 2022. - 1 on-line, 355 с. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

Дополнительная литература

Караулова, Л. К. Физиология физического воспитания и спорта : учеб. для вузов / Л. К. Караулова, Н. А. Красноперова, М. М. Расулов. - М. : Академия, 2012. - 296, [1] с. - (Высшее профессиональное образование. Педагогическое образование) (Бакалавриат). Имеются экземпляры в отделах: МБ (1)

Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учеб. для вузов физ. культуры/ А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. - 4-е изд., испр. и доп.. - Москва: Сов. спорт, 2012. - 618, [1] с.: ил., табл. Имеются экземпляры в отделах: УБ (18)

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.

- eLIBRARY.RU Научная электронная библиотека (книги, статьи, тезисы докладов конференций)
- ЭБС ZNANIUM.COM
- Электронная библиотечная система Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту (Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма <http://lib.sportedu.ru/>)
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)
- Ресурс предназначен для специалистов, занимающихся обеспечением медико-биологической подготовкой спортсменов <http://medicinesport.ru/>

11. Перечень информационных технологий, используемых при

осуществлении образовательного процесса по дисциплине

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов соответствующее ПО и антивирусное программное обеспечение.

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

Для проведения занятий лекционного типа, практических и семинарских занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения практических занятий (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

4.7. Программа дисциплины «Оценка функциональных резервов»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Оценка функциональных резервов»	98
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	98
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	99
4. Виды учебной работы по дисциплине	99
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам	99
6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.	99
7. Методические рекомендации по видам занятий	101
8. Фонд оценочных средств	102
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	102
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	102
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	104
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	105
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	105
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	106
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	106
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	107

1. Наименование дисциплины: «Оценка функциональных резервов организма».

Цель дисциплины – сформировать у студентов научно-обоснованное представление и практические умения по оценке физиологических резервов организма и их использования для повышения уровня здоровья занимающихся физической культурой и спортом.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
БК-2 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь, проводить работу по предотвращению применения допинга	БК-2.2. Анализирует причины возникновения травматизма и заболеваний при занятиях физической культурой и спортом, осуществляет профилактические мероприятия БК- 2.3. Анализирует антидопинговое законодательство, знает основные группы допинговых веществ, физиологические и биомеханические механизмы воздействия допингов и опасность их применения для организма БК-2.4. Проводит разъяснительную работу по профилактике применения допинга в физкультурно-спортивной деятельности	Знать: сущность физиологических резервов организма, их роль в адаптации и профилактике травматизма и заболеваний при занятиях физической культурой и спортом, средства восстановления физиологических резервов организма Уметь: выбирать способы оценивания физиологических резервов организма для отслеживания влияния занятий физической культурой и спортом и профилактики травматизма и заболеваний, выбирать средства восстановления физической работоспособности Владеть: базовыми способами оценки и восстановления функциональных резервов организма, актуальную степень и возможности его адаптации к физическим нагрузкам

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Оценка функциональных резервов» представляет собой дисциплину блока дисциплин обязательной части подготовки студентов по образовательной программе.

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и практических занятиях (в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Сущность функциональных резервов организма	Представление о функциональных резервах, Виды функциональных резервов, Роль физиологических резервов в адаптации организма к различным видам нагрузки, методологические подходы к пониманию и оценке физиологических резервов организма, физиологические факторы, лимитирующие проявление и развитие физических качеств человека, механизмы воздействия различных факторов (в том числе допингов) на использование и восстановление физиологических резервов организма, физические и легальные фармакологические средства восстановления физиологических резервов
2	Функциональные пробы как основной способ оценки физиологических резервов	Функциональные методы исследования различных систем организма, нагрузочные тесты, критерии и способы оценки физической работоспособности и здоровья у различных категорий занимающихся физической культурой и спортом

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика учебных занятий *лекционного* типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Сущность физиологических резервов организма	Представление о функциональных резервах, Виды функциональных резервов, Роль физиологических резервов в адаптации организма к различным видам нагрузки, методологические подходы к пониманию и оценке физиологических резервов организма, физиологические факторы, лимитирующие проявление и развитие физических качеств человека, механизмы воздействия различных факторов (в том числе допингов) на использование и восстановление физиологических резервов организма, физические и легальные фармакологические средства восстановления физиологических резервов
2	Функциональные пробы как основной	Функциональные методы исследования

	способ оценки физиологических резервов	различных систем организма, нагрузочные тесты, критерии и способы оценки физической работоспособности и здоровья у различных категорий занимающихся физической культурой и спортом

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Сущность физиологических резервов организма	Представление о функциональных резервах, Виды функциональных резервов, Роль физиологических резервов в адаптации организма к различным видам нагрузки, методологические подходы к пониманию и оценке физиологических резервов организма, физиологические факторы, лимитирующие проявление и развитие физических качеств человека, механизмы воздействия различных факторов (в том числе допингов) на использование и восстановление физиологических резервов организма, физические и легальные фармакологические средства восстановления физиологических резервов
2	Функциональные пробы как основной способ оценки физиологических резервов	Функциональные методы исследования различных систем организма, нагрузочные тесты, критерии и способы оценки физической работоспособности и здоровья у различных категорий занимающихся физической культурой и спортом, выполнение лабораторных работ (пробы Штанге и Генчи, проба Мартинэ, Гарвардский степ-тест, проба Летунова, тест PWC170, проба Руфье, оценка уровня адаптации с помощью вариационной пульсографии)

Тематика самостоятельной работы студентов

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Сущность физиологических резервов организма	Представление о функциональных резервах, Виды функциональных резервов, Роль физиологических резервов в адаптации организма к различным видам нагрузки, методологические подходы к пониманию и оценке физиологических резервов организма, физиологические факторы,

		лимитирующие проявление и развитие физических качеств человека, механизмы воздействия различных факторов (в том числе допингов) на использование и восстановление физиологических резервов организма, физические и легальные фармакологические средства восстановления физиологических резервов
2	Функциональные пробы как основной способ оценки физиологических резервов	Функциональные методы исследования различных систем организма, нагрузочные тесты, критерии и способы оценки физической работоспособности и здоровья у различных категорий занимающихся физической культурой и спортом, составление отчетов о лабораторных работах, подготовка доклада о состоянии функциональных резервов организма на частном примере и аргументацией последствий применения допингов

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретным ситуациям из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Сущность физиологических резервов организма	БК-2.2 БК-2.3	Ориентировочный этап – опрос, тестирование
Функциональные пробы как основной способ оценки физиологических резервов	БК-2.4	Деятельностный этап – лабораторные работы
		Контрольно-корректировочный этап – доклад-презентация

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля

- Опрос:

Устный опрос проводится на учебных занятиях согласно тематике лекционных, практических занятий и самостоятельной работы в соответствии с рейтинг-планом дисциплины и учебным расписанием. Примерные вопросы для обсуждения:

Представление о функциональных резервах,

Виды функциональных резервов организма человека,

Роль физиологических резервов в адаптации организма к различным видам нагрузки,

Методологические подходы к пониманию и оценке физиологических резервов организма,

Физиологические факторы, лимитирующие проявление и развитие физических качеств человека,

Механизмы воздействия различных факторов (в том числе допингов) на использование и восстановление физиологических резервов организма,

Физические и легальные фармакологические средства восстановления физиологических резервов

Функциональные методы исследования различных систем организма,

Общая характеристика нагрузочных тестов

Критерии и способы оценки физической работоспособности

Методики оценки индивидуального здоровья у различных категорий занимающихся физической культурой и спортом,

Методика проведения и оценка результатов пробы Штанге и Генчи,

Методика проведения и оценка результатов пробы Мартинэ,

Методика проведения и оценка результатов пробы Руфье,

Методика проведения и оценка результатов Гарвардского степ-теста,

Методика проведения и оценка результатов пробы Летунова,

Методика проведения и оценка результатов теста PWC170,
Методика проведения и оценка уровня адаптации с помощью вариационной пульсографии.

- Тестирование:

Тестирование проводится автоматизировано, с использованием электронной образовательной среды университета.

Примеры тестовых заданий:

Минимальная предельная величина МПК для мужчин и женщин, характеризующий уровень соматического здоровья человека как безопасный составляет

- 25 мл/мин/кг
- 32 мл/мин/кг
- 35 мл/мин/кг
- 42 мл/мин/кг
- 50 мл/мин/кг
- 70 мл/мин/кг

Мощность форсированного вдоха и выдоха измеряется с помощью
динамометра
монометра
спирометра
пневмотахометра

В основе пробы Летунова лежит тип реакции сердечно-сосудистой системы на нагрузку по оценке степени выраженности и направленности сдвигов базовых гемодинамических показателей под влиянием различных по направленности физических нагрузок (.... нагрузки), а также скорости их послерабочего восстановления.

- две
- три
- четыре

Основу пробы PWC170 составляет определение ..., при которой ЧСС достигает 170 уд/мин, т.е. уровня оптимального функционирования кардиореспираторной системы.

- мощности физической нагрузки
- скорости движений
- частоты дыхания
- величины потребления кислорода

- Лабораторные работы:

В ходе лабораторных работ выполняются пробы Штанге и Генчи, проба Мартинэ, Гарвардский степ-тест, проба Летунова, тест PWC170, оценка уровня адаптации с помощью вариационной пульсографии. Работа выполняется согласно стандартной методике, заранее подготавливается протокол для фиксации измеряемых показателей, таблицы и инструменты. После каждой работы оформляется отчет, включающий тему, характеристику испытуемых, необходимые инструменты и оборудование, описание методики, полученные результаты и выводы.

- Доклад-презентация:

Студент готовит презентацию и доклад для выступления в пределах семи минут. Презентация должна содержать краткое изложение теоретического материала, собственную позицию автора по рассматриваемому вопросу, пример выполненной им исследовательской методики, аргументацию профилактики применения допинга для повышения расхода или восстановления рассматриваемых в докладе физиологических резервов.

Примерные темы докладов:

- Общее представление о физиологических резервах организма
- Роль физиологических резервов в адаптации организма к силовым нагрузкам
- Роль физиологических резервов в адаптации организма к нагрузкам, требующим выносливости
- физиологические факторы, лимитирующие проявление и развитие координационных способностей
- механизмы воздействия различных факторов на использование и восстановление физиологических резервов организма (на примере одного фактора)
- физические средства восстановления физиологических резервов
- легальные фармакологические средства восстановления физиологических резервов
- функциональные методы исследования сердечно-сосудистой системы,
- функциональные методы исследования дыхательной системы
- функциональные методы исследования нервной системы
- нагрузочные тесты
- критерии и способы оценки физической работоспособности у различных категорий занимающихся физической культурой и спортом
- критерии и способы оценки здоровья у различных категорий занимающихся физической культурой и спортом
- особенности функциональной диагностики в оценке здоровья детей и подростков
- особенности функциональной диагностики в оценке здоровья людей пожилого возраста
- организация врачебно-педагогического контроля за юными спортсменами
- применение методов оценки физиологических резервов у спортсменов в избранном виде спорта

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

Примерный перечень вопросов к зачету/экзамену:

1. Представление о функциональных резервах организма
2. Виды функциональных резервов организма
3. Роль физиологических резервов в адаптации организма к различным видам нагрузки
4. Методологические подходы к пониманию и оценке физиологических резервов организма
5. Физиологические факторы, лимитирующие проявление и развитие физических качеств человека
6. Механизмы воздействия различных факторов (в том числе допингов) на использование и восстановление физиологических резервов организма
7. Физические и легальные фармакологические средства восстановления физиологических резервов
8. Функциональные методы исследования различных систем организма,
9. Общая характеристика нагрузочных тестов
10. Критерии и способы оценки физической работоспособности
11. Методики оценки индивидуального здоровья у различных категорий занимающихся физической культурой и спортом
12. Методика проведения и оценка результатов пробы Штанге и Генчи
13. Методика проведения и оценка результатов пробы Мартинэ
14. Методика проведения и оценка результатов пробы Руфье
15. Методика проведения и оценка результатов Гарвардского степ-теста
16. Методика проведения и оценка результатов пробы Летунова
17. Методика проведения и оценка результатов теста PWC170
18. Методика проведения и оценка уровня адаптации с помощью вариационной пульсографии

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степенью самостоятельности и инициативы	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо		71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно		55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Абаскалова, Н.П. Физиологические основы здоровья: учебное пособие / отв. ред. Р. И. Айзман. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: ИНФРА-М, 2022. — 351 с. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Каргин, Н.Н. Теоретические основы здоровья человека и его формирования средствами физической культуры и спорта: учебное пособие / Н.Н. Каргин, Ю.А. Лаамарти. — Москва: ИНФРА-М, 2022. — 243 с. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
3. Миллер, Л.Л. Спортивная медицина: Учебное пособие / Миллер Л.Л. - Москва: Человек, 2015. - 184 с. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
4. Практическая спортивная медицина для тренеров / Г. А. Макарова, А. А. Матишев, М. А. Виноградов [и др.]. - Москва: Спорт, 2022. - 624 с. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

Дополнительная литература

1. Иорданская, Ф.А. Функциональная подготовленность волейболистов: диагностика, механизмы адаптации, коррекция симптомов дизадаптации: Пособие / Иорданская Ф.А. - Москва: Спорт, 2016. - 176 с. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Спортивная медицина: Справочник для врачей и тренеров / Гнетова А., Потанич Л., Прокопьева М., - 3-е изд., доп. и испр. - Москва: Человек, 2013. - 328 с.
3. Физиология физического воспитания и спорта: учебно-методическое пособие / сост. С. Ю. Махов. - Орел: МАБИВ, 2020. - 121 с. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
4. Цветкова, Л.А. Профилактические проекты в сфере здоровья: разработка, внедрение, оценка эффективности: учебное пособие / Л. А. Цветкова, Н. А. Антонова, К. Ю. Ерицын. - Санкт-Петербург: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2018. - 81 с. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- НЭБ Национальная электронная библиотека
- eLIBRARY.RU
- ЭБС Консультант студента
- ООО «Проспект»
- ЭБС ZNANIUM.COM
- ЭБС «Айбукс»
- ЭБС РКИ
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантитана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов соответствующее ПО и антивирусное программное обеспечение.

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

Для проведения занятий лекционного типа, практических и семинарских занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения практических занятий (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

5. Программа практики

«Не предусмотрена»

6. Программа итоговой аттестации

Определение результатов освоения модуля на основе вычисления оценки по каждому элементу модуля.

Оценка по модулю рассчитывается по формуле:

$$R_j^{\text{мод}} = \frac{k_1 R_1 + k_2 R_2 + k_3 R_3 + \dots + k_n R_n + R_{\text{кур}}}{k_1 + k_2 + k_3 + \dots + k_n}$$

Где:

$R_j^{\text{мод}}$ – оценка по модулю

$k_1, k_2, k_3, \dots, k_n$ – зачетные единицы дисциплин, входящих в модуль

$R_1, R_2, R_3, \dots, R_n$ – оценки по дисциплинам модуля

$R_{\text{кур}}$ – оценка по курсовой работе

В случае, если по дисциплине предусмотрен зачет без оценки, то за оценку по дисциплине принимается «5 (отлично)».

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**
федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего
образования «Балтийский федеральный университет имени Иммануила Канта»
Образовательно-научный кластер «Институт образования и гуманитарных наук»
Высшая школа физической культуры и спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МОДУЛЯ

Модуль «История и теория физической культуры и спорта»

Шифр: 49.03.01

Направление подготовки: «Физическая культура»

Направленность образовательной программы: «Спортивная подготовка»

Квалификация выпускника: тренер-преподаватель

Калининград
2026

Лист согласования

Составители:

Глинчикова Л.А., к.п.н., доцент

Солодовник А.С., старший преподаватель

Томашевская О.Б., к.п.н., доцент

Ширшова Е.О., к.п.н., доцент

Рабочая программа утверждена на заседании Ученого совета ОНК «Институт образования и гуманитарных наук»

Председатель Ученого совета ОНК
«Институт образования и гуманитарных
наук» д.п.н., профессор

А.О. Бударина

Руководитель ОПОП

О.С. Коробовцева

Содержание

1. Название образовательного модуля	4
2. Характеристика образовательного модуля	4
3. Методические указания для обучающихся по освоению модуля	9
4. Программы дисциплин образовательного модуля	
4.1. Программа дисциплины «История физической культуры»	10
4.2. Программа дисциплины «Теория физической культуры»	24
4.3. Программа дисциплины «Информационные технологии в физической культуре и спорте»	47
4.2. Программа дисциплины «Научно-методическая деятельность»	58
5. Программа практики	76
6. Программа итоговой аттестации по модулю	76

1. Название модуля: «История и теория физической культуры и спорта»

2. Характеристика модуля

2.1. Образовательные цели и задачи

Модуль является одним из ключевых в общепрофессиональной подготовке бакалавра физической культуры. Сформированные в ходе освоения модуля умения и навыки позволят успешно осваивать любые профессиональные функции специалиста по физической культуре, в том числе предусмотрена и подготовка к практикам и выполнению квалификационной работы. В целом модуль ставит своей целью создать условия для эффективного формирования и развития универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

1. Формировать мировоззренческие взгляды на механизмы развития физической культуры и спорта, способности анализировать и использовать положения теории физической культуры в проектировании занятия различной направленности
2. Способствовать формированию готовности к самостоятельному научно-методическому обеспечению учебно-воспитательных и учебно-тренировочных процессов в физической культуре и спорте.

2.2. Образовательные результаты выпускника

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
УК-1. Способен к формированию собственного жизненно-образовательного маршрута на основе критического мышления, целеполагания, стратегии достижения цели (в том числе в проектном типе деятельности) в условиях создания безопасной среды, с учетом традиционных российских духовно-нравственных ценностей и целей национального развития, в процессе социального	УК.1.4. Демонстрирует умения работы в команде в соответствии с распределением ролей при реализации проекта	Знать: -основы научных и методологических знаний; -сущность современных научных методов исследования в сфере физической культуры и спорта; -особенности применения методов исследования в научно-исследовательской деятельности студента; Уметь: -уметь применить полученные научные и методические знания для решения поставленных задач; -рассматривать различные точки зрения и выявлять степень доказательности на поставленную научно-исследовательскую задачу; -применять системный подход для решения поставленных научных задач исследования; Владеть: -терминологией научно-исследовательской деятельности -навыками поиска, критического анализа и синтеза информации при выполнении научных работ.
	УК-1.2.	Знать:

взаимодействия	Демонстрирует умение рассматривать различные точки зрения и выявлять степень доказательности на поставленную задачу УК-1.3. Использует оптимальные способы для решения определенного круга задач, учитывая действующие правовые нормы и имеющиеся условия, ресурсы и ограничения	основные социально-методологические концепции и соответствующую проблематику; Уметь: - применять знания об обществе как системе в различных формах социальной практики; - самостоятельно анализировать различные социальные проблемы с использованием научной терминологии. Владеть: - умениями работать и взаимодействовать в команде; - способами для решения задач научно-исследовательской деятельности, с учетом действующих правовых норм, условий, ресурсов; - навыками воспринимать разнообразие и культурные различия, принимать социальные и этические обязательства.
<i>ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологически х и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</i>	ОПК-1.1 Определяет цели и задачи занятий физической культурой с учетом пола и возраста занимающихся. ОПК-1.2 Анализирует, при выборе средств и методов, наиболее адекватные полу и возрасту занимающихся, а также цели занятия. ОПК-1.3 Использует инструменты планирования занятий с учетом положений теории физической культуры и физиологической характеристики нагрузки.	Знать: эволюцию целей и задач физического воспитания на разных этапах общества, особенности развития систем физического воспитания в различных цивилизациях, основы развития целей и задач физического воспитания в России, эволюцию основных понятий, положения теории физической культуры, принципы использования средств и методов физического воспитания в зависимости от анатомо- морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста Уметь: анализировать причины эволюции понятий и положений теории физической культур, анализировать причины эволюции понятий и положений теории физической культур, определять цели и задачи обучения и воспитания с учетом положений теории физической культуры и особенностей обучающихся, выбирать соответствующие средства и методы воздействия Владеть: навыками анализа проблем развития физической культуры и спорта в обществе и проектирования способов саморазвития в сфере физической культуры и спорта, терминологией теории физической культуры, способами построения занятий по физическому воспитанию на основе физиологической характеристики нагрузки и с учетом особенностей различных категорий занимающихся
ОПК-2. Способен	ОПК-2.1	Знать: значимость различных особенностей

осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий;	Определяет наиболее значимые антрометрические, физиологические и психологические особенности, обеспечивающие успех соревновательной деятельности в избранном виде спорта	организма для успешного освоения двигательной деятельности различной направленности Уметь: выбирать показатели физического развития, физической подготовленности, психологические особенности для оценки и прогнозирования вероятности успешного освоения разных физических упражнений Владеть: способами сопоставления предпосылок и степени эффективности освоения двигательной деятельности людьми с разными антропометрическими, физиологическими и психологическими особенностями
ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	ОПК-3.1 Выбирает профессиональную физкультурно-спортивную деятельность в соответствии с ФГОС в области образования. ОПК-3.3 Анализирует эффективность технологий обучения двигательным действиям и физической подготовки обучающихся.	Знать: исторические аспекты развития и современное состояние и значение базовых видов физкультурно-спортивной деятельности, особенности применения технологий физического воспитания на разных этапах развития теории физической культуры Уметь: анализировать причины и следствия тенденций применения целостных систем физического воспитания, отдельных средств и методов Владеть: навыками анализа исторических и нормативных документов в сфере физической культуры и спорта, сравнивать эффективность технологий физического воспитания и их взаимосвязь с социально-экономическим, идеологическим развитием общества
ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта;	ОПК-4.1 Выбирает оптимальные формы тренировочных занятий различной направленности с учетом пола и возраста обучающихся. ОПК-4.2 Анализирует эффективность используемых тренировочных занятий различной направленности.	Знать: современное состояние и значение базовых видов физкультурно-спортивной деятельности, теоретические основы использования средств и методов физического воспитания в развитии физических качеств и обучении технике двигательных действий в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности Уметь: определять цели педагогических процессов и на их основе формулировать частные задачи двигательного образования и физической подготовки, выбирать способы оценки эффективности Владеть: способами сопоставления используемых средств и методов на тренировочных занятиях различной направленности и их эффективности в различных вида спорта

<i>ОПК-10.</i> Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта	ОПК-10.1 Устанавливает конструктивные взаимоотношения и организует взаимодействие между участниками образовательного процесса, создает благоприятный климат в коллективе.	Знать: общую роль участников образовательных процессов в сфере физической культуры и спорта, базовые информационные технологии для организации взаимодействия Уметь: устанавливать конструктивные взаимодействия при решении задач планирования образовательных процессов в физической культуре и спорте, корректно использовать информационные средства организации взаимодействия участников образовательного процесса Владеть: навыками работы в коллективе, формирующемся для решения конкретной профессиональной задачи в области учебно-методического обеспечения образовательных процессов в физической культуре и спорте, средствами коммуникации между участниками образовательного процесса
ОПК-11. Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности	ОПК-11.1 Выявляет и анализирует проблемы в области физической культуры и спорта. ОПК-11.2 Критически анализирует научно-методическую информацию по выявленной проблеме. ОПК-11.3 Логично, аргументированно формулирует собственные суждения и оценки, отличает факты от мнений, интерпретаций, оценок и т.д. в рассуждениях других участников деятельности.	Знать: современные средства и правила поиска информации о научных проблемах развития сферы физической культуры и спорта, основы теории и методики физической культуры и спорта, педагогики и психологии физической культуры для выявления проблем в области намеченного исследования; Уметь: критически оценивать источники и качество информации о развитии физической культуры и спорта, проводить исследования направленные на выявления эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности. Владеть: навыками аргументации и иллюстрации собственных суждений, навыками логично, аргументированно формулировать собственные суждения, интерпретировать полученные результаты.
<i>ОПК-14.</i> Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного	ОПК-14.1 Выявляет особенности планирования и методического сопровождения образовательного процесса в	Знать: формы и структуру занятий по физической культуре и спорту, основные требования к документам планирования учебных и тренировочных занятий по физической культуре и спорте, Основы методического обеспечения и контроля образовательного и тренировочного процесса в сфере физической культуры и спорта;

<i>процесса</i>	соответствии с ФГОС. ОПК-14.2 Определяет эффективные средства контроля тренировочного и образовательного процесса.	Уметь: формулировать задачи конкретных учебных занятий по физической культуре и спорту, выбирать адекватные средства и методы их решения, определять эффективные средства контроля их решения, осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса в сфере физической культуры и спорта. Владеть: способами методического сопровождения учебных занятий по физической культуре и спорту преимущественной направленности на обучение двигательным действиям и развитие физических способностей, навыками контроля тренировочного и образовательного процесса в сфере физической культуры и спорта;
БК-5. Способность понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения стандартных задач профессиональной деятельности	БК-5.1. Знает стандартные офисные приложения и наиболее распространенное бесплатное программное обеспечение для создания, редактирования, хранения и обмена текстовой и графической информацией БК-5.2. Использует информационные технологии в решении стандартных профессиональных задач бакалавра физической культуры БК-5.3. Владеет навыками освоения новых информационно- коммуникационны х технологий	Знать: стандартные офисные приложения для создания, редактирования, хранения и обмена текстовой и графической информацией, Принципы работы современных информационных технологий; Уметь: использовать информационные технологии в решении стандартных профессиональных задач бакалавра физической культуры (подготовка документов планирования, математическая обработка данных тестирования, графическое представление статистических данных) Владеть: современными информационными технологиями в решении задач профессиональной деятельности, способами освоения новых информационно-коммуникационных технологий, предназначенных для решения стандартных задач профессиональной деятельности тренера-преподавателя
ПК-1. Способен самостоятельно приобретать и использовать в практической деятельности	ПК-1. Анализирует приоритеты собственного профессионального роста и личностного	Знать: -теоретические основы научных исследований для собственного профессионального роста и личностного развития; Уметь:

новейшие и технологические достижения в области саморазвития и/или построения карьеры и/или педагогики	развития	-анализировать результаты практической деятельности на различных этапах исследовательского процесса; Владеть: -современными научными достижениями для обеспечения собственного профессионального роста.
ПК-3 Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся;	ПК-3.1 Выявляет актуальные технологии педагогического контроля ПК-3.2 Использует обоснованные организационные формы, методы и средства обучения и воспитания, исходя из целевой аудитории.	Знать: - основные педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся; Уметь: Использовать в образовательном процессе обоснованные организационные формы, методы и средства обучения и воспитания, исходя из целевой аудитории; Владеть: актуальными технологиями педагогического контроля.

3. Методические указания для обучающихся по освоению модуля

Освоение дисциплин модуля закладывает базу для будущей профессиональной деятельности в сфере истории и теории физической культуры и спорта. Оно должно начинаться с внимательного ознакомления с рабочими программами дисциплин, обязательными компонентами которых являются: перечень тем, подлежащих усвоению; задания; списки учебных пособий и рекомендуемой литературы; списки контрольных вопросов, заданий.

При изучении дисциплин модуля необходимо последовательно переходить от дисциплины к дисциплине, от темы к теме, следуя внутренней логике, заложенной в программе дисциплины модуля. Только так можно достичь полного понимания материала, хорошей ориентации в специальной литературе, формирования собственной точки зрения и умений практического характера. Для более глубокого и эффективного освоения дисциплин рекомендуется предварительная подготовка к занятиям.

В одной из дисциплин модуля реализуется интеграция сформированных знаний и умений в виде выбора научно-педагогической проблемы. Студент теоретически обосновывает собственное методическое решение, прогнозирует, проверяет и оценивает его эффективность. Результаты излагаются в виде курсовых работ. Их структура и содержание напрямую ориентировано на методические рекомендации по выполнению выпускной квалификационной работы. Таким образом, качественное освоение модуля позволяет эффективно готовиться к итоговой государственной аттестации.

4. Программы дисциплин модуля

4.1. Программа дисциплины «История физической культуры»

Содержание

1. Наименование дисциплины «История физической культуры»	11
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.	11
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы.	12
4. Виды учебной работы по дисциплине.	12
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам.	13
6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине	14
7. Методические рекомендации по видам занятий	16
8. Фонд оценочных средств	16
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	16
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	17
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	19
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	21
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	22
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	23
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	23
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	23

1. Наименование дисциплины: «История физической культуры».

Цель дисциплины – формирование мировоззренческих взглядов на механизмы развития физической культуры и спорта в обществе.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код и содержание компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
<i>ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</i>	ОПК-1.1 Определяет цели и задачи занятий физической культурой с учетом пола и возраста занимающихся.	Знать: эволюцию целей и задач физического воспитания на разных этапах общества, особенности развития систем физического воспитания в различных цивилизациях, основы развития целей и задач физического воспитания в России Уметь: анализировать причины эволюции понятий и положений теории физической культуры Владеть: навыками анализа проблем развития физической культуры и спорта в обществе и проектирования способов саморазвития в сфере физической культуры и спорта
<i>ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</i>	ОПК-3.1 Выбирает профессиональную физкультурно-спортивную деятельность в соответствии с ФГОС в области образования. ОПК-3.3 Анализирует эффективность технологий обучения двигательным действиям и физической подготовки обучающихся.	Знать: исторические аспекты развития и современное состояние и значение базовых видов физкультурно-спортивной деятельности, особенности применения технологий физического воспитания на разных этапах развития теории физической культуры Уметь: анализировать причины и следствия тенденций применения целостных систем физического воспитания, отдельных средств и методов Владеть: навыками анализа исторических и нормативных документов в сфере физической культуры и спорта, сравнивать эффективность технологий физического воспитания и их взаимосвязь с социально-экономическим, идеологическим развитием общества

<i>БК-3. Способность осуществлять профессиональную деятельность на основе специальных научных знаний, участвовать в проведении прикладных исследований в области физической культуры и спорта</i>	БК-3.1 Выявляет и анализирует проблемы в области физической культуры и спорта. БК-3.2 Критически анализирует научно-методическую информацию по выявленной проблеме. БК-3.3 Логично, аргументированно формулирует собственные суждения и оценки, отличает факты от мнений, интерпретаций, оценок и т.д. в рассуждениях других участников деятельности.	Знать: основные понятия, позволяющие самостоятельно анализировать исторический материал, основные события и факты истории физической культуры с учетом общих закономерностей развития мировой и отечественной истории, методы научного анализа результатов исследования, методы формулирования и представления обобщений и выводов, средства и методы оценки эффективности физкультурно-спортивной деятельности в рамках эволюции общественной роли физической культуры и спорта Уметь: работать с историческими источниками, анализируя и проверяя информацию на предмет ее достоверности и значимости в оценке исторических событий, Владеть: терминологией научно-педагогического исследования в сфере истории физической культуры, методикой реферирования научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта, а также взаимосвязи физической культуры с другими социально значимыми процессами и явлениями в развитии общества.

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «**История физической культуры**» является обязательной и относится к модулю история и теория физической культуры и спорта основной образовательной программы направления 49.03.01 «Физическая культура».

4. Виды учебной работы по дисциплине

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и практических занятиях (в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Тема 1. Теории зарождения физической культуры.	Возникновение физической культуры как специфической сферы общественной деятельности, истоки зарождения и исторические этапы ее развития. Различные теории возникновения физической культуры. Первые попытки теоретического обоснования физического воспитания для физического развития и укрепления здоровья.
2	Тема 2. Физическая культура и спорт на различных исторических этапах развития: от первобытнообщинного строя до новейшего времени.	Развитие физической культуры и спорта в средневековых цивилизациях: в Западной Европе, в Азии, в Америке до европейской колонизации. Физическое воспитание в трудах и деятельности гуманистов (Витторио де Фельтре, Иеронима Меркуриалиса, Франсуа Рабле, Я.А. Коменского). Ранние социалисты-утописты Т. Мор и Т. Кампанелла о физическом воспитании. Физические упражнения и игры народов России, их формы и содержание. Региональные особенности содержания народных физических упражнений: военно-физическая подготовка казачества, игры народов Севера, физические упражнения восточных славян, татар, башкир и др. Физическое воспитание в педагогических взглядах Д. Локка, Ж.Ж. Руссо, И. Песталотти. Возникновение и развитие систем физического воспитания в Германии, Швеции, Англии, Франции, США. Развитие теории и практики физического воспитания отечественными мыслителями, просветителями, полководцами XVIII в. (М.В. Ломоносов, И.И. Бецкой, Н.И. Новиков, А.Н. Радищев, А.В. Суворов, Ф.Ф. Ушаков, М.И. Кутузов и др.). Значение для физического воспитания научно-педагогической деятельности К. Д. Ушинского, Е. А. Покровского, Е. М. Дементьева и др. Развитие естественнонаучных основ физического воспитания в трудах русских физиологов И. М. Сеченова, И. П. Павлова, Н. Е. Введенского. П. Ф. Лесгафт - его вклад в разработку отечественной системы физического образования; основные компоненты его системы. Первые публикации по истории физической культуры и спорта (П.Тиханович, А.Г. Берглинд, П.Ф. Лесгафт, Ф.В. Игнатьев и др.)
3	Тема 3. Международное спортивное и олимпийское движение. Развитие физической культуры и спорта в период Новейшего времени.	Возникновение международного спортивного движения. Создание МОК и Олимпийские игры. Новая историческая обстановка послевоенных лет и ее влияние на развитие физической культуры и спорта в мире. Развитие ФКиС в первые годы Советской власти. Всесоюзная Спартакиада 1928 года и ее значение для развития спорта в стране. Деятельность Всевобуча по развитию ФК и С и военно-физической подготовки допризывников (1918-1920 годы). Введение физкультурного комплекса ГТО СССР, Единой всесоюзной спортивной классификации в 30-х годах и их значение для развития ФК и С в стране. Первые советские программы по физической культуре в общеобразовательной школе (1918 - 1930 гг.). Физическая

		культура и спорт на службе обороны Родины в годы Великой Отечественной войны. Возрождение народных форм и национальных видов физических упражнений, разработка физкультурно-оздоровительных образовательных проектов по массовой физической культуре населения России («СпАрт», «Президентские состязания», «Олимп» и др.). Школьная физическая культура в Российской Федерации. Процесс дифференциации содержания школьных программ в РФ на современном этапе.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Содержание темы занятия
1	Тема 1. Теории зарождения физической культуры.	Источники возникновения физической культуры. Возникновение и парадоксы первоначального развития теории физической культуры. Об объекте и предмете теории физической культуры как научно-учебной дисциплины: историко-сравнительный анализ. Особенности проведения прикладного исследования в истории физической культуры и спорта.
2	Тема 2. Физическая культура и спорт на различных исторических этапах развития: от первобытнообщинного строя до новейшего времени.	Определение основных этапов и характерных особенностей физической культуры рабовладельческой формации на примере древнегреческих государств-полисов. Анализ развития физической культуры и спорта в средневековых цивилизациях. Групповая дискуссия о прогрессивных гуманистических идеях в развитии физического воспитания в эпоху Возрождения. Рациональная сущность физической культуры азиатских народов. Исторические предпосылки и особенности развития физической культуры на территории России. Анализ исторических и естественнонаучных предпосылок создания и развития систем физической культуры и спорта в XVIII в. в западных странах. Разделение физического воспитания на гимнастическое и спортивно-игровое направления в период с конца XVIII – до начала XX века. Групповая дискуссия о значении реформ Петра I, взглядов прогрессивных ученых, мыслителей, полководцев на развитие физического воспитания в России. Обсуждение значения для физического воспитания научно-педагогической деятельности К. Д. Ушинского, Е. А. Покровского, Е. М. Дементьева и др.
3	Тема 3. Международное спортивное и олимпийское движение. Развитие физической культуры и спорта в период Новейшего времени.	Принципы, формы, структура международного спортивного движения. Международное рабочее спортивное движение: теория становления и проблемы его развития. Становление организационных и научных основ советской системы физической культуры и спорта. Становление и развитие физической культуры как учебного предмета в общеобразовательной школе. Основные проблемы и тенденции развития

		международного спортивного движения на современном этапе.

Требования к самостоятельной работе студентов

Рекомендуемая тематика самостоятельной работы:

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Тематика самостоятельных работ
Раздел 1. История физической культуры и спорта		
1	Тема 1. Теории зарождения физической культуры.	Влияние кастовой модели общества на занятия физическими упражнениями, возникновение системы аскетической практики. Древний Китай: создание книги «Кунфу», взаимосвязь физического воспитания и философской теории «Дао-дэ», система идеалов «Мэй», влияние военной реформы на физическую культуру. Понятия «агон» и «агонистика», разновидности агонов в эллинской системе физического воспитания. Закон Ликурга, история возникновения и организация игр в Олимпии. Отражение физических упражнений и игр в литературных памятниках, летописях, народном эпосе.
2	Тема 2. Физическая культура и спорт на различных исторических этапах развития: от первобытнообщинного строя до новейшего времени.	Содержание теоретических обобщений и прогрессивных идей в области физического воспитания в эпоху Возрождения (XV—XVII вв.). Отношение церкви и государства в России в средние века к физическим упражнениям. Взаимодействие двух основных направлений в развитии физической культуры и спорта - гимнастических систем и спортивно-игрового направления (начало XIX- первая половина XX в.). Становление и развитие современных систем физического воспитания: социально-гигиеническое (медицинское) направление, естественная (натуралистическая) гимнастика, гимнастика модерн, военно-патриотическое (бойскаутское) движение и милитаристская система физического воспитания, адаптивный и экстремальный спорт. Взгляды прогрессивных деятелей России на физическое воспитание 18-19 веков. Вклад А.Д. Бутовского в развитие теории физического воспитания, международного и российского олимпийского движения.
3	Тема 3. Международное спортивное и олимпийское движение. Развитие физической культуры и спорта в период Новейшего времени.	Формы и методы физкультурно-спортивной работы в стране на различных этапах развития (20-30-е гг., 40-50-е гг., 60-е – 80-е гг.). Анализ проблем развития мирового спорта в послевоенный период: противостояние «социалистического» и «капиталистического» спорта; борьба с расовой дискриминацией; профессионализм; коммерциализация, допинг. Состояние и проблемы физкультурно-спортивного движения в стране на современном этапе.

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретным ситуациям из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Тема 1. Теории зарождения физической культуры.	ОПК-1.1 ОПК-3.1	ориентировочный этап - устный опрос, тестирование
Тема 2. Физическая культура и спорт на различных исторических этапах развития: от первобытнообщинного строя до новейшего времени.	ОПК-3.2 БК-3.1 БК-3.2 БК-3.3	деятельностный этап – реферат
Тема 3. Международное спортивное и олимпийское движение. Развитие физической культуры и спорта в период Новейшего времени.		контроль-корректировочный этап – устный экзамен

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля

- устный опрос
- тестирование
- реферат

Устный опрос.

Проводится на каждом семинарском занятии. Студент готовит ответы по вопросам, рассматриваемым на лекциях.

Тестирование.

Примеры тестовых заданий:

№ п/п	Текст вопроса	Варианты ответа		Правильный ответ
1.	Выявление и раскрытие закономерностей развития физической культуры на протяжении всей истории человечества	цель		3
		предмет		
		задача		
		объект		
2.	Изучение средств, форм и методов, идей, теорий и систем физической культуры	цель		2
		предмет		
		задача		
		объект		
3.	Функция, которую выполняли физические упражнения в период первобытного строя	прикладная		1
		развивающая		
		тренирующая		
		теоретическая		
4.	Первый качественный скачок в развитии физической культуры наблюдался...	в ходе развития патриархально-родового общества		2
		в период разложения первобытного строя		
		в период возникновения рабовладельческого общества		
		в период средневековья		
5.	Из каких разделов состояла древнегреческая гимнастика	Игры, танцы, пентатлон		2
		Палестрика, орхестрика, игры		
		Палестрика, танцы, игры		
		Пентатлон, орхестрика, игры		
6.	Кому принадлежит данное высказывание: «Трем родам души соответствуют три стороны воспитания: физическое, нравственное и умственное»?	Платон		2
		Аристотель		
		Македонский		
		Сократ		
7.	Наиболее популярные виды физических упражнений существовали в средние века	Спортивные соревнования по программе античных Олимпийских игр		2
		Рыцарские турниры, разнообразные игры крестьян и горожан		
		Гладиаторские бои, скачки колесниц		
		Спортивные соревнования на стадионах		
8.	Ян Амос Коменский – ...	немецкий рыцарь, славивший непобедимым на турнирах		3
		итальянский гуманист, атлет,		

		победитель городских игр			
		чешский педагог, сделавший физическое воспитание частью школьной программы обучения			
		польский педагог, учитель по физическому воспитанию			
9.	Вклад Томаса Мора в развитие физической культуры	Разработал основы гимнастики		4	
		Разработал основы гимнастики рукопашного боя			
		Написал книгу «Утопия»			

Реферат.

Темы рефератов –

«Анализ и сравнительная характеристика различных теорий зарождения физических упражнений»,

«Развитие вида спорта (по выбору) в Калининградской области».

Критерии оценки:

Материалы для оценки результатов освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	Критерии оценки	
Устный опрос	«удовлетворительно» - студент имеет общее представление о рассматриваемом вопросе, допускает ошибки, не искажающие основной смысл понятий, может подобрать практический пример для иллюстрации своего ответа. «хорошо» - студент может выделить наиболее важные вопросы, объяснить взаимосвязь рассматриваемых явлений и процессов, ответы в целом верно отражают содержание вопросов (в том числе основные определения, закономерности), допустимы ошибки, которые студент может исправить в ходе обсуждения практических примеров. «отлично» - студент хорошо ориентируется в рассматриваемых проблемах, может выделить наиболее важные вопросы, объяснить взаимосвязь рассматриваемых явлений и процессов, ответы полно отражают содержание вопросов (в том числе основные определения, закономерности, практические примеры), может аргументировать свою точку зрения, то он получает оценку.	
Тестовые задания	Для оценки «зачтено» - 60 % и более правильных ответов:	
	Сумма баллов по таблице критериев оценки учебной деятельности	Оценка
	59 и менее баллов	Обучающийся не

			аттестован	
		60 – 72 балла	«Удовлетворительно»	
		73 – 86 баллов	«Хорошо»	
		87 – 100 баллов	«Отлично»	
	«не зачтено» - 59 % и менее правильных ответов.			
Реферат	Для оценки «зачтено» - набрать не менее 6 баллов по 10-балльной системе: 20 % - самостоятельность/оригинальность; 20 % - логика изложения материала; 20 % - полнота/информативность; 20 % - творческий подход к выполнению; 20 % - своевременность выполнения задания.			

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

Примерный перечень вопросов к экзамену:

1. Предмет «История физической культуры», его содержание, цель, задачи и значение для специалиста в области физической культуры.
2. Предпосылки и теории возникновения физической культуры и спорта.
3. Всеобщность физического воспитания в родовом обществе. Роль обрядов инициализации в жизни людей первобытного общества.
4. Физическое воспитание в период разложения родового строя.
5. Развитие физической культуры и спорта в ранних цивилизациях Востока. Дайте краткую характеристику системам физической культуры в странах Востока.
6. Физическая культура в рабовладельческом обществе. Особенности её развития, отличия от физической культуры от первобытнообщинного строя.
7. Становление физической культуры и спорта в Древней Греции, содержание древнегреческой гимнастики и агонистики (раскрыть на примере спартанской и афинской систем физического воспитания рабовладельцев).
8. Организация и проведение Олимпийских игр и других состязаний в Древней Греции, их общественное и политическое значение.
9. Военно-физическое воспитание в Древнем Риме. Причины его упадка в период Римской империи.
10. Состязательные игры и зрелища в Древнем Риме.
11. Античные мыслители о физическом воспитании.
12. Физическая культура на этапе раннего и развитого средневековья (V- IX, X – XIV вв.). Отношение средневековой церкви к физической культуре.
13. Образование рыцарской системы воспитания феодалов в Западной Европе. Рыцарские турниры как спортивные состязания. Народные формы и средства физической подготовки средневековья.
14. Раскройте содержание теоретических обобщений и прогрессивных идей в области физического воспитания в эпоху Возрождения (XV—XVII вв.).
15. Формирование и развитие основ русской национальной системы военно-физической подготовки войск.
16. Характер взаимодействия двух основных направлений в развитии физической культуры и спорта
- гимнастических систем и спортивно-игрового направления (начало XIX— первая половина XX в.). Причины возникновения и развития национальных систем физического воспитания в начале XIX века.
17. Система физического образования П.Ф. Лесгафта: история создания, содержание и значение.
18. Исторические предпосылки возникновения международного спортивного движения. Возникновение и первоначальное развитие международного спортивного движения. Создание первых международных спортивных объединений.

19. Образование и деятельность Международного Олимпийского комитета (МОК).
20. Прогрессивная роль дореволюционной передовой интеллигенции в создании общественных физкультурно-спортивных организаций в России.
21. Становление советской системы физического воспитания и развитие её организационных форм.
22. Введение физкультурного комплекса «ГТО СССР», Единой Всесоюзной классификации в 30-х годах и их значение для развития физической культуры и спорта в СССР.
23. Физическая культура и спорт в СССР накануне Великой Отечественной войны (1938 – 1941гг).
24. Физическая культура и спорт на службе обороны Родины в годы Великой Отечественной войны.
25. Каково современное состояние физического воспитания школьников в развитых зарубежных странах.
26. Характер произошедших изменений в структуре и функциях государственных и общественных органов управления физической культурой и спортом Российской Федерации в годы перестройки.
27. Дайте краткую характеристику основным положениям закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Какие физкультурно-оздоровительные образовательные проекты по массовой физической культуре населения были созданы в РФ?
28. Какие типы Международных спортивных объединений существуют в настоящее время?
29. Проблемы современного Олимпийского движения (коммерциализация и профессионализация, денационализация и расовая дискриминация, применения допинга и объективность судейства, оптимизация олимпийских программ и координация в деятельности МОК, НОК, МСФ).
30. Дайте характеристику Международному спортивному движению по отдельным видам спорта и участию в нем российских и советских спортсменов.
31. Спорт инвалидов и Паралимпийские игры.
32. Раскройте этапы формирования теории физической культуры как профилирующей дисциплины в физкультурных учебных заведениях.

Критерии оценки знаний обучающихся по результатам устных ответов на зачете и экзамене:

№ п/п	Оценка	Критерии оценки
1.	«Отлично»	дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос; показана совокупность осознанных знаний об объекте изучения, доказательно раскрыты основные положения (свободно оперирует понятиями, терминами, персоналиями и др.); в ответе отслеживается четкая структура, выстроенная в логической последовательности; ответ изложен литературным грамотным языком; на возникшие вопросы преподавателя студент дает четкие, конкретные ответы, показывая умение выделять существенные и несущественные моменты материала.
2.	«Хорошо»	дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные моменты материала; ответ четко структурирован, выстроен в логической последовательности, изложен литературным грамотным языком; однако были допущены неточности в определении понятий, персоналий, терминов, дат и др.
3.	«Удовлетворительно»	дан неполный ответ на поставленный вопрос, логика и последовательность изложения имеют некоторые нарушения, допущены несущественные ошибки в изложении

		теоретического материала и употреблении терминов, персоналий; в ответе не присутствуют доказательные выводы; сформированность умений показана слабо, речь неграмотная.
4.	«Неудовлетворительно»	дан неполный ответ на поставленный вопрос, логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения, допущены существенные ошибки в теоретическом материале (фактах, понятиях, персоналиях); в ответе отсутствуют выводы, сформированность умений не показана, речь неграмотная.

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степени самостоятельности и инициативы	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо	зачтено	71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно	зачтено	55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Голощапов, Б. Р. История физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учеб. для вузов/ Б. Р. Голощапов. - 10-е изд., стер.. - Москва: Академия, 2013. - 1 эл. опт. диск (CD-ROM), 320 с.: ил.. - (Высшее профессиональное образование). - (Бакалавриат). - Библиогр.: с. 307-309. - Лицензия до 31.12.2020 г. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС Кантиана(1), ч.з.N1(1)
2. Нахаева, Е. М. История физической культуры и спорта : учебное пособие / Е. М. Нахаева, Н. В. Минина. - Минск : РИПО, 2022. - 203 с. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

Дополнительная литература

3. Анисимов, М. П. История возникновения и развития физической культуры : учебное пособие / М. П. Анисимов. - 2-е изд., доп. - Санкт-Петербург : СПбГАУ, 2020. - 78 с. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
4. Железняк, Ю. Д. Методика обучения физической культуре: учеб. для учреждений высш. образования/ Ю. Д. Железняк, И. В. Кулишенко, Е. В. Крякина ; под ред. Ю. Д. Железняка. - 2-е изд., стер.. - Москва: Академия, 2014. - 254, [1] с.: ил., табл.. - (Высшее образование - бакалавриат). - (Высшее профессиональное образование. Педагогическое образование). - Библиогр.: с. 226-227. Имеются экземпляры в отделах: УБ(39), ч.з.N6(1)
5. История физической культуры: учеб. для высш. проф. образования/ под ред. С. Н. Комарова. - Москва: Академия, 2013. - 238, [1] с. - (Высшее профессиональное образование. Физическая культура и спорт). - (Бакалавриат). - Библиогр.: с.236. Имеются экземпляры в отделах: ч.з.N6(1), УБ(25)
6. Кузнецов, В. С. Теория и методика физической культуры [Электронный ресурс]: учеб.для высш. проф. образования/ В. С. Кузнецов. - М.: Академия, 2012. - 410 с. + 1 эл. опт.диск (CD-ROM). - (Высшее профессиональное образование.Физическая культура и спорт). - (Бакалавриат). - Библиогр.: с. 407. - Лицензия до 29.04.2018 г. Имеются экземпляры в отделах: ч.з.N6(1), ЭБС Кантиана(1)
7. Томилин, К. Г. История физической культуры : методические указания / К. Г. Томилин. - Москва : ФЛИНТА, 2021. - 48 с. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
8. Щадилова, И. С. История физической культуры и спорта : Сборник тестовых заданий : учебно-методическое пособие / И. С. Щадилова. - Москва : РУТ (МИИТ), 2018. - 192 с. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.

- НЭБ Национальная электронная библиотека
- eLIBRARY.RU
- ЭБС Консультант студента
- ООО «Проспект»
- ЭБС ZNANIUM.COM
- ЭБС «Айбукс»
- ЭБС РКИ
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов соответствующее ПО и антивирусное программное обеспечение.

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

Для проведения занятий лекционного типа, практических занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения практических занятий (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

1.1. Программа дисциплины «Теория физической культуры»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Теория физической культуры»	25
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.	25
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы.	27
4. Виды учебной работы по дисциплине.	27
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам.	27
6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине	29
7. Методические рекомендации по видам занятий	33
8. Фонд оценочных средств	34
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	35
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	42
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	44
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	45
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	45
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	46
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	46
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	46

Наименование дисциплины: «Теория физической культуры».

Цель дисциплины – формирование мировоззренческих взглядов на механизмы развития физической культуры и спорта, способности анализировать и использовать положения теории физической культуры в проектировании занятий различной направленности.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код и содержание компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
<i>ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</i>	ОПК-1.1 Определяет цели и задачи занятий физической культурой с учетом пола и возраста занимающихся. ОПК-1.2 Анализирует, при выборе средств и методов, наиболее адекватные полу и возрасту занимающихся, а также цели занятия. ОПК-1.3 Использует инструменты планирования занятий с учетом положений теории физической культуры и физиологической характеристики нагрузки.	Знать: эволюцию основных понятий, положения теории физической культуры, принципы использования средств и методов физического воспитания в зависимости от анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста Уметь: анализировать причины эволюции понятий и положений теории физической культуры, определять цели и задачи обучения и воспитания с учетом положений теории физической культуры и особенностей обучающихся, выбирать соответствующие средства и методы воздействия Владеть: терминологией теории физической культуры, способами построения занятий по физическому воспитанию на основе физиологической характеристики нагрузки и с учетом особенностей различных категорий занимающихся
<i>ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий;</i>	ОПК-2.1 Определяет наиболее значимые антрометрические, физиологические и психологические особенности, обеспечивающие успех соревновательной деятельности в избранном	Знать: значимость различных особенностей организма для успешного освоения двигательной деятельности различной направленности Уметь: выбирать показатели физического развития, физической подготовленности, психологические особенности для оценки и прогнозирования

	виде спорта	вероятности успешного освоения разных физических упражнений Владеть: способами сопоставления предпосылок и степени эффективности освоения двигательной деятельности людьми с разными антропометрическими, физиологическими и психологическими особенностями
<i>ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта;</i>	ОПК-4.1 Выбирает оптимальные формы тренировочных занятий различной направленности с учетом пола и возраста обучающихся. ОПК-4.2 Анализирует эффективность используемых тренировочных занятий различной направленности.	Знать: современное состояние и значение базовых видов физкультурно-спортивной деятельности, теоретические основы использования средств и методов физического воспитания в развитии физических качеств и обучении технике двигательных действий в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности Уметь: определять цели педагогических процессов и на их основе формулировать частные задачи двигательного образования и физической подготовки, выбирать способы оценки эффективности Владеть: способами сопоставления используемых средств и методов на тренировочных занятиях различной направленности и их эффективности в различных вида спорта
<i>ОПК-5. Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта</i>	ОПК-5.1 Устанавливает конструктивные взаимоотношения и организует взаимодействие между участниками образовательного процесса, создает благоприятный климат в коллективе.	Знать: общую роль участников образовательных процессов в сфере физической культуры и спорта Уметь: устанавливать конструктивные взаимодействия при решении задач планирования образовательных процессов в физической культуре и спорте Владеть: навыками работы в коллективе, формирующемся для решения конкретной профессиональной задачи в области учебно-методического обеспечения образовательных процессов в физической культуре и спорте
<i>ОПК-7. Способен осуществлять методическое</i>	ОПК-7.3 Выявляет особенности планирования и методического	Знать: формы и структуру занятий по физической культуре и спорту, основные требования к

обеспечение и контроль тренировочного, образовательного процессов и соревновательной деятельности, в том числе с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	сопровождения образовательного процесса в соответствии с ФГОС. ОПК-7.4 Определяет эффективные средства контроля тренировочного и образовательного процесса.	документам планирования учебных и тренировочных занятий по физической культуре и спорте Уметь: формулировать задачи конкретных учебных занятий по физической культуре и спорту, выбирать адекватные средства и методы их решения, определять эффективные средства контроля их решения Владеть: способами методического сопровождения учебных занятий по физической культуре и спорту преимущественной направленности на обучение двигательным действиям и развитие физических способностей

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Теория и физической культуры» является обязательной и относится к модулю история и теория физической культуры и спорта основной образовательной программы направления 49.03.01 «Физическая культура».

4. Виды учебной работы по дисциплине

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и практических занятиях (в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Тема 1. Взаимосвязь основных категорий теории физической культуры	Предмет исследования в теории физической культуры, роль теории физической культуры и спорта в подготовке студентов к профессиональной деятельности, связь теории и методики физической культуры и спорта с другими дисциплинами учебного плана, структура и содержание учебной дисциплины, основные понятия, цели, основные группы задач физического воспитания, взаимосвязь образовательных, воспитательных и оздоровительных задач, общие принципы физического воспитания, взаимосвязь целей и задач физического воспитания с социальными функциями физической культуры, основные компоненты физической культуры как

		социального явления
2	Тема 2. Дидактические принципы физического воспитания	Дидактические принципы как основа построения образовательных и учебно-тренировочных процессов в физическом воспитании, классификация дидактических принципов, общая характеристика принципов сознательности и активности, систематичности, наглядности, доступности и индивидуализации, последовательности и постепенности, прочности, основные требования и правила реализации дидактических принципов с работе с различными контингентами, формы и структура занятий физическими упражнениями, план-конспект как основной документ планирования занятий по физической культуре, требования к оформлению и использованию терминологии
3	Тема 3. Средства и методы физического воспитания	Понятие о средстве физического воспитания, основные группы средств физического воспитания, физические упражнения как основная группа средств физического воспитания, их классификация, содержание и форма, понятие о технике физического упражнения, структура техники, виды техники, критерии эффективности техники, структурные основы методов физического воспитания, их классификация, общая характеристика дидактических методов в физическом воспитании, характеристика основных методов развития физических качеств и обучения технике двигательных действий
4	Тема 4. Теоретические основы формирования двигательных умений и навыков	Понятие о двигательных умениях и навыках, физические механизмы формирования навыка, вариативность и пластичность навыка, признаки умений и навыков, явление переноса навыков, двигательные умения и навыки высшего порядка
5	Тема 5. Структура процесса обучения двигательным действиям	Предпосылки эффективного обучения двигательным действиям, этапы обучения двигательным действиям, цели и задачи каждого из этапов, способы предупреждения и устранения ошибок,
6	Тема 6. Средства и методы обучения и оценки его качества на разных этапах обучения двигательным действиям	Средства и методы формирования представления о двигательном действии, классификация средств и методов для разучивания двигательных действий, способы обеспечения стабильности и вариативности техники двигательных действий, способы контроля качества обучения двигательным действиям
7	Тема 7. Общее представление о физических способностях и двигательных качествах человека	Понятие о физических способностях и двигательных качествах человека, взаимосвязь понятий, факторы, влияющие на развитие физических способностей человека
8	Тема 8. Формы проявления двигательных качеств в различных видах физкультурно- спортивной деятельности	Классификация форм проявления физических способностей, критерии и признаки, средства и методы оценки, особенности проявления физических качеств в различных видах физкультурно- спортивной деятельности
9	Тема 9. Теоретические основы развития физических способностей	Понятие о силовых способностях, факторы, обеспечивающие развитие и проявление силовых способностей, средства и методы развития, понятие о быстроте, факторы, обеспечивающие развитие и проявление быстроты, средства и методы развития,

		понятие о ловкости, факторы, обеспечивающие ее развитие и проявление, средства и методы воспитания, понятие о гибкости, факторы, обеспечивающие развитие и проявление гибкости, средства и методы развития, понятие о физической выносливости, факторы, обеспечивающие развитие и проявление выносливости, средства и методы развития.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

Тема 1. Взаимосвязь основных категорий теории физической культуры

Предмет исследования в теории физической культуры, значение теории физической культуры в развитии системы физического воспитания, роль теории физической культуры и спорта в подготовке студентов к профессиональной деятельности, связь теории и методики физической культуры и спорта с другими дисциплинами учебного плана, структура и содержание учебной дисциплины, основные понятия, цели, основные группы задач физического воспитания, взаимосвязь образовательных, воспитательных и оздоровительных задач, общие принципы физического воспитания, особенности формулировки и решения задач в работе с различными контингентами занимающихся, принцип гармоничного воздействия, принцип связи физического воспитания с жизнедеятельностью, принцип оздоровительной направленности учебно-воспитательных и учебно-тренировочных процессов в физическом воспитании, взаимосвязь целей и задач физического воспитания с социальными функциями физической культуры, основные компоненты физической культуры как социального явления.

Тема 2. Дидактические принципы физического воспитания

Дидактические принципы как основа построения образовательных и учебно-тренировочных процессов в физическом воспитании, классификация дидактических принципов, общая характеристика принципов сознательности и активности, систематичности, наглядности, доступности и индивидуализации, последовательности и постепенности, прочности, основные требования и правила реализации дидактических принципов с работе с различными контингентами, формы и структура занятий физическими упражнениями, план-конспект как основной документ планирования занятий по физической культуре, требования к оформлению и использованию терминологии

Тема 3. Средства и методы физического воспитания

Понятие о средстве физического воспитания, основные группы средств физического воспитания, физические упражнения как основная группа средств физического воспитания, их классификация по исторически сложившимся типам социальной практики, по физиологической мощности работы, биомеханическим признакам, требованиям к проявлению физических качеств, содержание и форма, понятие о технике физического упражнения, структура техники, виды техники, критерии эффективности техники, гигиенические факторы и внешние факторы среды как средства физического воспитания, основные направления их использования, методические требования, практические примеры, структурные основы методов физического воспитания, их классификация, общая характеристика дидактических методов в физическом воспитании, общая характеристика равномерного, повторного, переменного, интервального методов развития физических качеств, классификация и общая характеристика методов на основе различных подходов к обучению технике двигательных действий, круговая тренировка как метод организации деятельности занимающихся, практические примеры использования методов в занятиях с различными контингентами населения

Тема 4. Теоретические основы формирования двигательных умений и навыков

Понятие о двигательных умениях и навыках, физические механизмы формирования навыка, вариативность и пластичность навыка, признаки умений и навыков, явление переноса навыков, двигательные умения и навыки высшего порядка, практические примеры рассматриваемых явлений

Тема 5. Структура процесса обучения двигательным действиям

Предпосылки эффективного обучения двигательным действиям, этапы обучения двигательным действиям, цели и задачи каждого из этапов, способы предупреждения и устранения ошибок, практические примеры построения процесса обучения технике двигательных действий

Тема 6. Средства и методы обучения и оценки его качества на разных этапах обучения двигательным действиям

Средства и методы формирования представления о двигательном действии, классификация средств и методов для разучивания двигательных действий, способы обеспечения стабильности и вариативности техники двигательных действий, способы контроля качества обучения двигательным действиям, средства и методы обучения двигательным действиям в различных видах физкультурно-спортивной деятельности

Тема 7. Общее представление о физических способностях и двигательных качествах человека

Понятие о физических способностях и двигательных качествах человека, взаимосвязь понятий, психофизиологические предпосылки развития физических способностей человека, двигательная деятельность как ведущий фактор развития физических способностей человека.

Тема 8. Формы проявления двигательных качеств в различных видах физкультурно-спортивной деятельности

Классификация форм проявления физических способностей, критерии и признаки, особенности проявления физических качеств в разных видах физкультурно-спортивной деятельности, классификация форм проявления физических способностей в различных видах физкультурно-спортивной деятельности, средства и методы оценки уровня развития разных форм проявления физических способностей и двигательных качеств

Тема 9. Теоретические основы развития физических способностей

Понятие о силовых способностях, факторы, обеспечивающие развитие и проявление силовых способностей, средства и методы развития, понятие о быстроте, факторы, обеспечивающие развитие и проявление быстроты, средства и методы развития, понятие о ловкости, факторы, обеспечивающие ее развитие и проявление, средства и методы воспитания, понятие о гибкости, факторы, обеспечивающие развитие и проявление гибкости, средства и методы воспитания, понятие о физической выносливости, факторы, обеспечивающие развитие и проявление выносливости, средства и методы развития, практические примеры реализации различных методических подходов в развитии физических качеств, Специфические способы развития физических способностей на примере отдельных видов спорта.

Рекомендуемая тематика самостоятельной работы:

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Тематика самостоятельных работ
1	Тема 1. Взаимосвязь основных категорий теории физической культуры	Предмет исследования в теории физической культуры, значение теории физической культуры в развитии системы физического воспитания, роль теории физической культуры и спорта в подготовке студентов к профессиональной деятельности, связь теории и методики физической культуры и спорта с другими дисциплинами учебного плана, структура и содержание учебной дисциплины, требования к качеству теоретической подготовленности будущего педагога по физической культуре и спорту, основные понятия, цели, основные группы задач физического воспитания, оценка эффективности физического воспитания, значение физического воспитания в формировании организма и личности человека, основные механизмы воздействия двигательной деятельности на организм и личность занимающегося физическими упражнениями, взаимосвязь образовательных, воспитательных и оздоровительных задач, общие принципы физического воспитания, особенности формулировки и решения задач в работе с различными контингентами занимающихся, принцип гармоничного воздействия, принцип связи физического

		воспитания с жизнедеятельностью, принцип оздоровительной направленности учебно-воспитательных и учебно-тренировочных процессов в физическом воспитании, взаимосвязь целей и задач физического воспитания с социальными функциями физической культуры, основные компоненты физической культуры как социального явления
2	Тема 2. Дидактические принципы физического воспитания	Дидактические принципы как основа построения образовательных и учебно-тренировочных процессов в физическом воспитании, классификация дидактических принципов, общая характеристика принципов сознательности и активности, систематичности, наглядности, доступности и индивидуализации, последовательности и постепенности, прочности, основные требования и правила реализации дидактических принципов с работе с различными контингентами, особенности их реализации в системе образования, оздоровительной физической культуре, спортивной тренировке, значение дидактических принципов в достижении цели физического воспитания, практические примеры реализации дидактических принципов физического воспитания, формы и структура занятий физическими упражнениями, план-конспект как основной документ планирования занятий по физической культуре, требования к оформлению и использованию терминологии
3	Тема 3. Средства и методы физического воспитания	Понятие о средстве физического воспитания, основные группы средств физического воспитания, физические упражнения как основная группа средств физического воспитания, их классификация по исторически сложившимся типам социальной практики, по физиологической мощности работы, биомеханическим признакам, требованиям к проявлению физических качеств, содержание и форма, разнообразие физических упражнений, значение культурных традиций в развитии двигательной деятельности человека, эффекты упражнений, влияние внешних факторов на эффективность упражнений, понятие о технике физического упражнения, структура техники, виды техники, критерии эффективности техники, структура техники двигательных действий на примере упражнений из школьной программы и избранного вида спорта, формирование модели техники, изменение способов решения двигательных задач в процессе развития различных видов физических упражнений, особенности типовой техники в избранном виде спорта, персональная индивидуализации техники на примере избранного вида спорта и личного опыта студента, критерии эффективности техники в избранном виде спорта, гигиенические факторы и внешние факторы среды как средства физического воспитания, основные направления их использования, методические требования, практические примеры, Общие требования к применению бани, физиопроцедур, массажа, солнечных и воздушных ванн в физическом воспитании, основные принципы рационального и спортивного питания, значение отдыха

		(в том числе сна) в обеспечении работоспособности человека, структурные основы методов физического воспитания, их классификация, общая характеристика дидактических методов в физическом воспитании, общая характеристика равномерного, повторного, переменного, интервального методов развития физических качеств, классификация и общая характеристика методов на основе различных подходов к обучению технике двигательных действий, круговая тренировка как метод организации деятельности занимающихся, практические примеры использования методов в занятиях с различными контингентами населения, способы обеспечения наглядности в физическом воспитании, особенности применения словесных методов в физическом воспитании, общие правила выбора методов для обучения технике двигательных действий, практические примеры решения задач физического воспитания с использованием различных средств и методов.
4	Тема 4. Теоретические основы формирования двигательных умений и навыков	Деятельность нервной системы человека при освоении двигательного действия, Понятие о двигательных умениях и навыках, физические механизмы формирования навыка, значение двигательного умения в структуре обучения, вариативность и пластичность навыка, признаки умений и навыков, явление переноса навыков, двигательный стереотип, способы профилактики скоростного барьера, способы предупреждения отрицательного переноса навыков, двигательные умения и навыки высшего порядка, практические примеры рассматриваемых явлений,
5	Тема 5. Структура процесса обучения двигательным действиям	Предпосылки эффективного обучения двигательным действиям, этапы обучения двигательным действиям, цели и задачи каждого из этапов, способы предупреждения и устранения ошибок, практические примеры построения процесса обучения технике двигательных действий
6	Тема 6. Средства и методы обучения и оценки его качества на разных этапах обучения двигательным действиям	Средства и методы формирования представления о двигательном действии, классификация средств и методов для разучивания двигательных действий, способы обеспечения стабильности и вариативности техники двигательных действий, способы контроля качества обучения двигательным действиям, средства и методы обучения двигательным действиям в различных видах физкультурно- спортивной деятельности, оценка качества техники двигательных действий в избранном виде спорта, составление конспектов занятий с преимущественной направленностью на обучение двигательным действиям
7	Тема 7. Общее представление о физических способностях и двигательных качествах человека	Понятие о физических способностях и двигательных качествах человека, взаимосвязь понятий, психофизиологические предпосылки развития физических способностей человека, генетические факторы развития физических способностей человека, двигательная деятельность как ведущий фактор развития физических способностей человека, возрастные особенности развития физических качеств человека, взаимосвязь физических качеств человека

8	Тема 8. Формы проявления двигательных качеств в различных видах физкультурно-спортивной деятельности	Классификация форм проявления физических способностей, критерии и признаки, особенности проявления физических качеств в разных видах физкультурно-спортивной деятельности, классификация форм проявления физических способностей в различных видах физкультурно-спортивной деятельности, средства и методы измерения уровня развития разных форм физических способностей, стандартные и специфические способы измерения уровня развития физических качеств.
9	Тема 9. Теоретические основы развития физических способностей	Понятие о силовых способностях, факторы, обеспечивающие развитие и проявление силовых способностей, средства и методы развития, понятие о быстроте, факторы, обеспечивающие развитие и проявление быстроты, средства и методы развития, понятие о ловкости, факторы, обеспечивающие ее развитие и проявление, средства и методы воспитания, понятие о гибкости, факторы, обеспечивающие развитие и проявление гибкости, средства и методы воспитания, понятие о физической выносливости, факторы, обеспечивающие развитие и проявление выносливости, средства и методы развития, практические примеры реализации различных методических подходов в развитии физических качеств, специфические способы развития физических способностей на примере отдельных видов спорта, взаимосвязь средств и методов при избирательном и комплексном развитии физических способностей, составление конспектов занятий с преимущественной направленностью на развитие физических способностей

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретным ситуациям из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Тема 1. Взаимосвязь основных категорий теории физической культуры	ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-1.3 ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 ОПК-5.1 ОПК-7.3 ОПК-7.4	ориентировочный этап – опрос, тестирование
Тема 2. Дидактические принципы физического воспитания		
Тема 3. Средства и методы физического воспитания		
Тема 4. Теоретические основы формирования двигательных умений и навыков		деятельностный этап – контрольные работы, доклад-презентация
Тема 5. Структура процесса обучения двигательным действиям		
Тема 6. Средства и методы обучения и оценки его качества на разных этапах обучения двигательным действиям		
Тема 7. Общее представление о физических способностях и двигательных качествах человека		контрольно-корректировочный - проект
Тема 8. Формы проявления двигательных качеств в различных видах физкультурно-спортивной деятельности		
Тема 9. Теоретические основы развития физических способностей		

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля

- устный опрос
- тестирование
- контрольная работа
- доклад-презентация
- проект

Устный опрос

Проводится на каждом семинарском занятии. Студент готовит ответы по

вопросам, рассматриваемым на лекциях. Примерный перечень вопросов по темам:

Тема	Примерный перечень вопросов
Тема 1. Взаимосвязь основных категорий теории физической культуры	Предмет исследования в теории физической культуры, значение теории физической культуры в развитии системы физического воспитания, роль теории физической культуры и спорта в подготовке студентов к профессиональной деятельности, связь теории и методики физической культуры и спорта с другими дисциплинами учебного плана, структура и содержание учебной дисциплины, основные понятия, цели, основные группы задач физического воспитания, взаимосвязь образовательных, воспитательных и оздоровительных задач, общие принципы физического воспитания, особенности формулировки и решения задач в работе с различными контингентами занимающихся, принцип гармоничного воздействия, принцип связи физического воспитания с жизнедеятельностью, принцип оздоровительной направленности учебно-воспитательных и учебно-тренировочных процессов в физическом воспитании, взаимосвязь целей и задач физического воспитания с социальными функциями физической культуры, основные компоненты физической культуры как социального явления.
Тема 2. Дидактические принципы физического воспитания	Дидактические принципы как основа построения образовательных и учебно-тренировочных процессов в физическом воспитании, классификация дидактических принципов, общая характеристика принципов сознательности и активности, систематичности, наглядности, доступности и индивидуализации, последовательности и постепенности, прочности, основные требования и правила реализации дидактических принципов с работе с различными контингентами, формы и структура занятий физическими упражнениями, план-конспект как основной документ планирования занятий по физической культуре, требования к оформлению и использованию терминологии
Тема 3. Средства и методы физического воспитания	Понятие о средстве физического воспитания, основные группы средств физического воспитания, физические упражнения как основная группа средств физического воспитания, их классификация по исторически сложившимся типам социальной практики, по физиологической мощности работы, биомеханическим признакам, требованиям к проявлению физических качеств, содержание и форма, понятие о технике физического упражнения, структура техники, виды техники, критерии эффективности техники, гигиенические факторы и внешние факторы среды как средства физического воспитания, основные направления их использования, методические требования, практические примеры, структурные основы методов физического воспитания, их классификация, общая характеристика дидактических методов в физическом воспитании, общая характеристика равномерного, повторного, переменного, интервального методов развития физических качеств, классификация и общая характеристика методов на основе различных подходов к обучению технике двигательных действий, круговая тренировка как метод организации деятельности занимающихся, практические примеры использования методов в занятиях с различными контингентами населения
Тема 4. Теоретические основы формирования двигательных умений и навыков	Понятие о двигательных умениях и навыках, физические механизмы формирования навыка, вариативность и пластичность навыка, признаки умений и навыков, явление переноса навыков, двигательные умения и навыки высшего порядка, практические примеры рассматриваемых явлений
Тема 5. Структура процесса обучения	Предпосылки эффективного обучения двигательным действиям, этапы обучения двигательным действиям, цели и задачи каждого из

двигательным действиям	этапов, способы предупреждения и устранения ошибок, практические примеры построения процесса обучения технике двигательных действий
Тема 6. Средства и методы обучения и оценки его качества на разных этапах обучения двигательным действиям	Средства и методы формирования представления о двигательном действии, классификация средств и методов для разучивания двигательных действий, способы обеспечения стабильности и вариативности техники двигательных действий, способы контроля качества обучения двигательным действиям, средства и методы обучения двигательным действиям в различных видах физкультурно-спортивной деятельности
Тема 7. Общее представление о физических способностях и двигательных качествах человека	Понятие о физических способностях и двигательных качествах человека, взаимосвязь понятий, психофизиологические предпосылки развития физических способностей человека, двигательная деятельность как ведущий фактор развития физических способностей человека.
Тема 8. Формы проявления двигательных качеств в различных видах физкультурно-спортивной деятельности	Классификация форм проявления физических способностей, критерии и признаки, особенности проявления физических качеств в разных видах физкультурно-спортивной деятельности, классификация форм проявления физических способностей в различных видах физкультурно-спортивной деятельности, средства и методы оценки уровня развития разных форм проявления физических способностей и двигательных качеств
Тема 9. Теоретические основы развития физических способностей	Понятие о силовых способностях, факторы, обеспечивающие развитие и проявление силовых способностей, средства и методы развития, понятие о скорости, факторы, обеспечивающие развитие и проявление скорости, средства и методы развития, понятие о ловкости, факторы, обеспечивающие ее развитие и проявление, средства и методы воспитания, понятие о гибкости, факторы, обеспечивающие развитие и проявление гибкости, средства и методы воспитания, понятие о физической выносливости, факторы, обеспечивающие развитие и проявление выносливости, средства и методы развития, практические примеры реализации различных методических подходов в развитии физических качеств, Специфические способы развития физических способностей на примере отдельных видов спорта.

Тестирование.

Примеры тестовых заданий:

№ п/п	Текст вопроса	Варианты ответа	Правильный ответ
1.	Какой признак отличает двигательный навык от двигательного умения?	подвижность и вариативность контроль со стороны нервной системы устойчивость к сбивающим факторам наличие ошибок в технике	3
2.	На каком показателе концентрируется внимание человека при степени владения техникой двигательного действия на уровне навыка?	результат выполнения двигательного действия способ выполнения двигательного действия величина и последовательность проявляемых усилий точность траектории движения	1
3.	Какие из перечисленных компонентов физических качеств относят к элементарным формам	быстрота перемещения по дистанции частота движений реакция на движущийся объект	2,3,5

	проявления быстроты:	скоростно-силовые способности		
		быстрота одиночного движения		

Доклад-презентация.

Перечень темы для докладов:

1. Социальное значение крупных спортивных мероприятий.
2. Наследие Олимпийских Игр Сочи 2014.
3. Наследие Чемпионата Мира по футболу 2018.
4. Наследие универсиад, проведенных Россией (2013, 2019).
5. Роль двигательной активности в социализации людей с ограниченными физическими возможностями здоровья.
6. Роль учителя физической культуры в воспитании обучающихся.
7. Современный имидж учителя физической культуры.
8. Роль тренера в формировании личности спортсмена.
9. Деятельность спортсменов экстра-класса по пропаганде здорового образа жизни.
10. Значение ВФСК ГТО в развитии системы физического воспитания населения РФ.
11. Современные виды физических упражнений.
12. Гигиенические факторы как средства физического воспитания.
13. Значение питания в достижении спортивных результатов.
14. Баня как средство физического воспитания (виды, правила использования).
15. Массаж как средство физического воспитания (виды, правила использования).
16. Использование оздоровительных сил природы в физическом воспитании.
17. Современные технологии в производстве спортивного оборудования, инвентаря и экипировки.
18. Круговая тренировка как метод организации деятельности занимающихся.
19. Эволюция техники двигательных действий в избранном виде спорта (циклический вид на выносливость).
20. Эволюция техники двигательных действий в избранном виде спорта (циклический вид, спринт).
21. Эволюция техники двигательных действий в избранном виде спорта (индивидуальные спортивные игры).
22. Эволюция техники двигательных действий в избранном виде спорта (командные спортивные игры).
23. Эволюция техники двигательных действий в избранном виде спорта (скоростно-силовой вид).
24. Эволюция техники двигательных действий в избранном виде спорта (сложно координационный вид).
25. Способы моделирования техники физических упражнений.
26. Деятельность научно-исследовательских институтов физической культуры.
27. Роль электронных научных библиотек в развитии наук о физической культуре и спорте.

Контрольные работы.

Варианты контрольных работ

Контрольная работа № 1. Конспект занятия с преимущественной направленностью на развитие силовых способностей (пол, возраст и уровень подготовленности занимающихся определяется студентом самостоятельно или по заданию преподавателя, контрольная работа оценивается с учетом не только правильности формулировки задач и выбора средств и методов их решения, но и общих требований к составлению конспекта занятий).

Контрольная работа № 2. Конспект занятия с преимущественной направленностью на развитие скоростных способностей (пол, возраст и уровень подготовленности занимающихся определяется студентом самостоятельно или по заданию преподавателя, контрольная работа оценивается с учетом не только правильности формулировки задач и выбора средств и методов их решения, но и общих требований к составлению конспекта занятий).

Контрольная работа № 3. Конспект занятия с преимущественной направленностью на развитие ловкости (пол, возраст и уровень подготовленности занимающихся определяется студентом самостоятельно или по заданию преподавателя, контрольная работа оценивается с учетом не только правильности формулировки задач и выбора средств и методов их решения, но и общих требований к составлению конспекта занятий).

Контрольная работа № 4. Конспект занятия с преимущественной направленностью на развитие гибкости (пол, возраст и уровень подготовленности занимающихся определяется студентом самостоятельно или по заданию преподавателя, контрольная работа оценивается с учетом не только правильности формулировки задач и выбора средств и методов их решения, но и общих требований к составлению конспекта занятий).

Контрольная работа № 5. Конспект занятия с преимущественной направленностью на развитие выносливости (пол, возраст и уровень подготовленности занимающихся определяется студентом самостоятельно или по заданию преподавателя, контрольная работа оценивается с учетом не только правильности формулировки задач и выбора средств и методов их решения, но и общих требований к составлению конспекта занятий).

Проекты

Проект «Технология обучения двигательному действию». Составляется в виде электронной презентации. Включает выбор одного из технических действий из базовых видов физкультурно-спортивной деятельности или избранного вида спорта, анализ его техники и построение процесса обучения от формирования готовности до оценки качества техники.

Проект «Классификация форм проявления физических качеств в избранном виде спорта». Представляет собой анализ форм проявления физических качеств в зависимости от специфики

выбранного вида двигательной деятельности и выбор средств и методов развития и оценки. Возможно представление в виде таблиц, схем, в том числе электронной презентации.

Рекомендации и критерии оценки:

Проект «Технология обучения двигательному действию»	Оценка проводится по пяти критериям – точность представления структуры техники, порядок решения задач обучения, соответствие выбранных средств и методов задачам каждого этапа, способы предупреждения и устранения ошибок, критерии оценки качества результатов обучения. Каждый критерий рассматривается по трехбалльной шкале (0 – отсутствие элемента, 1 – наличие существенных ошибок, исключающих возможность достижения качественного результата обучения, 2 – элемент не полный, наличие незначительных ошибок, 3 – элемент готов к практическому использованию). Общая шкала: «не удовлетворительно» 0-7 баллов, «удовлетворительно» 7-9 баллов, «хорошо» 10-12 баллов «отлично» 13-15 баллов
Проект «Классификация форм проявления физических качеств в избранном виде спорта»	Чтобы получить оценку "отлично", необходимо верно определить формы проявления всех физических качеств в избранном виде спорта, подобрать соответствующие упражнения. Для оценки "хорошо" допускаются неточности в выборе средств развития физических способностей. Оценка "удовлетворительно" выставляется в случае, если верно определены формы проявления не менее, чем для трех физических качеств, допускаются неточности в выборе средств развития физических способностей.

Критерии оценки контрольных работ (конспектов занятий по физической культуре) –

баллы	характеристика конспекта
Формулировка задач урока и планирование способов их решения	
0	Сформулировано менее трех задач, не представлены задачи всех трех основных групп, сформулированные задачи не соответствуют возрастным особенностям занимающихся и учебной программе, представленные средства и методы не позволяют решить сформулированные задачи
1	Сформулировано не менее трех задач, представлены задачи всех трех основных групп, сформулированные задачи частично соответствуют возрастным особенностям занимающихся и учебной программе, подобранные средства и методы позволяют частично решить поставленные задачи
2	Сформулировано не менее трех задач, представлены задачи всех трех основных групп, сформулированные задачи частично соответствуют возрастным особенностям занимающихся и учебной программе, подобранные средства и методы позволяют частично решить часть поставленных задач
3	Сформулировано не менее трех задач, представлены задачи всех трех основных групп, сформулированные задачи в целом соответствуют возрастным особенностям занимающихся и учебной программе, подобранные средства и методы позволяют частично решить все поставленные задачи, наблюдается взаимосвязь между решением поставленных задач
4	Сформулировано не менее трех задач, представлены задачи всех трех основных групп, сформулированные задачи соответствуют возрастным особенностям занимающихся и учебной программе, подобранные средства и методы в целом позволяют решить все поставленные задачи или качественно решить часть задач, наблюдается взаимосвязь между решением поставленных задач, в формулировках допущены ошибки, не искажающие смысл поставленных задач
5	Сформулировано не менее трех задач, представлены задачи всех трех основных групп, сформулированные задачи соответствуют возрастным особенностям занимающихся и учебной программе, подобранные средства и методы позволяют качественно решить все поставленные задачи, наблюдается взаимосвязь между решением поставленных задач
Структура и содержание урока	
0	Не соблюдается длительность и динамика нагрузки в частях урока. Нет логической взаимосвязи между частями урока. Выбранные средства и методы не решают общие и частные задачи урока. Длительность предусмотренной деятельности не совпадает с длительностью урока. Дозировка нагрузки не соответствует возрастным особенностям занимающихся (превышает допустимые нормы). В структуре урока отсутствует какая-либо из обязательных частей.
1	В целом прослеживается физиологическая кривая урока, но выбранные средства и методы воздействия не обеспечивают последовательного решения задач изменения дозировки нагрузки в подготовительной и заключительной части. Длительность частей урока не соответствует методическим требованиям.
2	В целом прослеживается физиологическая кривая урока, но выбранные средства и методы воздействия не обеспечивают последовательного решения задач изменения дозировки нагрузки в подготовительной и заключительной части. Дозировка нагрузки не обеспечивает тренирующего и/или оздоровительного эффекта упражнений. Длительность частей урока в целом соответствует методическим требованиям.
3	В целом прослеживается физиологическая кривая урока, величина нагрузки и сложность заданий соответствует возрастным нормам. Длительность частей урока в целом соответствует методическим требованиям. Допускаются неточности в определении последовательности упражнений. Отсутствует сообщение задач или подведение итогов занятия (качественное по содержанию – с указанием ключевых моментов освоенного материала и оценки деятельности занимающихся).
4	Прослеживается динамика нагрузки в соответствии с поставленными задачами урока, соблюдены правила определения последовательности упражнений, длительность и

	содержание подготовительной и заключительной части соответствует задачам урока и возрастным особенностям занимающихся, позволяет решить частные задачи этих частей урока. Предусмотрено сообщение задач, объяснение каждого задания, подведение итогов занятия (качественное по содержанию – с указанием ключевых моментов освоенного материала и оценки деятельности занимающихся), объяснение домашнего задания. Допускаются неточности в определении длительности отдельных заданий.
5	Прослеживается динамика нагрузки в соответствии с поставленными задачами урока, соблюдены правила определения последовательности упражнений, длительность и содержание подготовительной и заключительной части соответствует задачам урока и возрастным особенностям занимающихся, позволяет решить частные задачи этих частей урока. Точно рассчитано время выполнения каждого задания, время каждой части и общая длительность урока. Предусмотрено сообщение задач, объяснение каждого задания, подведение итогов занятия, объяснение домашнего задания.
Терминология записи упражнений	
0	Не используется профессиональная терминология. Не соблюдена форма составления конспекта. Используются не соответствующие сокращения и аббревиатуры.
1	Соблюдена общая форма составления конспекта. Используются пространные описания действий вместо профессиональных терминов. Используются не соответствующие терминологии сокращения и аббревиатуры.
2	Профессиональная терминология используется не уместно. Встречаются существенные ошибки в описании заданий, упражнений, команд, перестроений, исходных положений, движений.
3	В целом правильно использована терминология описания упражнений, команд, построений и перестроений. Встречаются существенные ошибки в описании команд, перестроений, исходных положений.
4	В целом правильно использована терминология описания упражнений, команд, построений и перестроений. Допускаются ошибки (неточности) в описании исходных положений и основных движений, которые не искажают их смысл.
5	Правильно использована терминология описания упражнений, команд, построений и перестроений.
Планирование организации деятельности занимающихся	
0	Не описаны способы организации деятельности.
1	Представлены общие методы организации, без конкретизации способов разделения на группы или дифференцирования заданий. В конспекте не описаны способы построений и перестроений.
2	Указаны методы организации, в том числе способы разделения на группы, индивидуальные задания. Не предусмотрены варианты изменения деятельности в соответствии с возможными вариантами реакции занимающихся, способы оценки и взаимооценки деятельности занимающихся.
3	Указаны методы организации, в том числе способы разделения на группы, индивидуальные задания. Предусмотрены варианты изменения деятельности в соответствии с возможными вариантами реакции занимающихся, не описаны способы оценки и взаимооценки деятельности занимающихся.
4	В конспекте четко прописана деятельность занимающихся в каждом упражнении, указаны методы организации, в том числе способы разделения на группы, индивидуальные задания. Предусмотрены варианты изменения деятельности в соответствии с возможными вариантами реакции занимающихся, способы оценки и взаимооценки деятельности занимающихся. Допускаются неточности в определении способов дифференцирования и индивидуализации заданий.
5	В конспекте четко прописана деятельность занимающихся в каждом упражнении, указаны методы организации, в том числе способы разделения на группы, индивидуальные

	задания. Предусмотрены варианты изменения деятельности в соответствии с возможными вариантами реакции занимающихся, способы оценки и самооценки деятельности занимающихся. Спланирована деятельность занимающихся по самоорганизации, взаимодействие с преподавателем и между учениками во время выполнения заданий.
Качество организационно-методических указаний	
0	Более 50 % заданий не содержат организационно-методических указаний. Указания носят излишне обобщенный характер – указывают на необходимость правильного выполнения заданий.
1	До 50 % заданий не содержат организационно-методических указаний. В остальных заданиях организационно-методические указания в целом отражают особенности выполнения заданий. Не предусмотрены способы предупреждения и устранения типичных ошибок. Наличие ошибок, искажающих смысл деятельности занимающихся или не позволяющих четко объяснить занимающимся суть задания и основы техники двигательных действий.
2	До 25 % заданий не содержат организационно-методических указаний. В остальных заданиях организационно-методические указания в целом отражают особенности выполнения заданий. Не предусмотрены способы предупреждения и устранения типичных ошибок. Наличие ошибок в описании указаний, искажающих смысл деятельности занимающихся или не позволяющих четко объяснить занимающимся суть задания и основы техники двигательных действий.
3	Организационно-методические указания в целом отражают особенности выполнения всех заданий. Предусмотрены способы предупреждения и устранения ошибок в большинстве упражнений. Нет способов индивидуализации или дифференцирования нагрузки. Ошибки и неточности в формулировках, не искажающие смысл заданий.
4	Организационно-методические указания кратко и информативно отражают особенности выполнения каждого задания, четко указывают способы обеспечения правильной техники движений или рационального способа выполнения задания, предусматривают способы предупреждения и исправления ошибок, способы индивидуализации дозировки или степени сложности упражнений. Допускаются ошибки и неточности в формулировках, не искажающие смысл действий занимающихся.
5	Организационно-методические указания кратко и информативно отражают особенности выполнения каждого задания, четко указывают способы обеспечения правильной техники движений или рационального способа выполнения задания, предусматривают способы предупреждения и исправления ошибок, способы индивидуализации дозировки или степени сложности упражнений.

Критерии оценки знаний обучающихся по результатам устных ответов, в том числе на зачете или экзамене:

№ п/п	Оценка	Критерии оценки
1.	«Отлично»	дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос; показана совокупность осознанных знаний об объекте изучения, доказательно раскрыты основные положения (свободно оперирует понятиями, терминами, персоналиями и др.); в ответе отслеживается четкая структура, выстроенная в логической последовательности; ответ изложен литературным грамотным языком; на возникшие вопросы преподавателя студент дает четкие, конкретные ответы, показывая умение выделять существенные и несущественные моменты материала.
2.	«Хорошо»	дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос,

		показано умение выделять существенные и несущественные моменты материала; ответ четко структурирован, выстроен в логической последовательности, изложен литературным грамотным языком; однако были допущены неточности в определении понятий, персоналий, терминов, дат и др.
3.	«Удовлетворительно»	дан неполный ответ на поставленный вопрос, логика и последовательность изложения имеют некоторые нарушения, допущены несущественные ошибки в изложении теоретического материала и употреблении терминов, персоналий; в ответе не присутствуют доказательные выводы; сформированность умений показана слабо, речь неграмотная.
4.	«Неудовлетворительно»	дан неполный ответ на поставленный вопрос, логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения, допущены существенные ошибки в теоретическом материале (фактах, понятиях, персоналиях); в ответе отсутствуют выводы, сформированность умений не показана, речь неграмотная.

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

Примерный перечень вопросов для промежуточной аттестации в форме зачета

1. Предмет теории физической культуры и спорта как науки.
2. Понятие о физической культуре.
3. Место курса Теории и методики физической культуры и спорта в Государственном образовательном стандарте, структура дисциплины, связь с другими предметами.
4. Основные понятия курса теории физической культуры – физическое воспитание, физическая подготовка, физическое развитие, спорт, спортсмен.
5. Социальные функции физической культуры.
6. Направленность основных компонентов физической культуры, их взаимосвязь.
7. Общая характеристика системы физического воспитания.
8. Цели и основные задачи физического воспитания.
9. Значение общих принципов физического воспитания.
10. Принцип гармоничного педагогического воздействия – суть, основные методические требования.
11. Принцип связи с жизнедеятельностью - суть, основные методические требования.
12. Принцип оздоровительной направленности - суть, основные методические требования.
13. Общая характеристика дидактических принципов физического воспитания. Их классификация и взаимосвязь.
14. Принцип сознательности и активности, пути реализации принципа в учебном процессе. Особенности реализации принципа при работе с детьми.
15. Принцип наглядности: аналитико-синтетическая деятельность коры головного мозга как объективное условие реализации принципа, значение обратной связи, способ развития принципа, особенности реализации принципа при работе с детьми.
16. Принцип систематичности: использование эффекта сверхвосстановления для формирования двигательных навыков, систематичности занятий и прогрессирования нагрузок, реализация принципа при работе с детьми.
17. Принцип индивидуализации: факторы, обуславливающие необходимость индивидуализированного обучения, индивидуализация при групповом обучении, зависимость методики обучения от персональных особенностей учеников, реализация принципа при работе с детьми.
18. Общая характеристика средств физического воспитания.
19. Физические упражнения как основное специфическое средство физического воспитания.
20. Содержание и форма физического упражнения.

21. Понятие о технике физического упражнения.
22. Стандартная техника, типовая и персональная индивидуализация техники.
23. Формирование модели техники как рационального способа решения двигательной задачи.
24. Техника физического упражнения как биодинамическая структура.
25. Техника физического упражнения как предмет обучения (части техники, фазы физического упражнения).
26. Критерии оценки эффективности техники физических упражнений.
27. Педагогические классификации физических упражнений (значение для теории и практики, характеристики существующих классификаций).
28. Классификация физических упражнений по исторически сложившимся типам деятельности.
29. Классификация физических упражнений с точки зрения биомеханики и физиологии.
30. Естественные силы природы как средства физического воспитания: значение, виды, принципы использования.
31. Гигиенические факторы как средства физического воспитания: значение, виды, принципы использования.
32. Понятие о методах и методических приемах в физическом воспитании.
33. Структурные основы методов физического воспитания.
34. Классификация методов физического воспитания.
35. Дидактические методы обучения в физическом воспитании.
36. Практические методы обучения в физическом воспитании.
37. Методы, направленные на развитие физических качеств.
38. Особенности применения частично регламентированных методов физического воспитания.
39. Круговая тренировка как особая организационная форма.
40. Варианты использования круговой тренировки на основе различных методов развития физических качеств.

Примерный перечень вопросов для промежуточной аттестации в форме экзамена

1. Теория физической культуры как научная и учебная дисциплина.
2. Общая характеристика методов педагогического исследования в физической культуре и спорте.
3. Общая характеристика цели и задач физического воспитания.
4. Значение общих принципов в обеспечении эффективности физического воспитания.
5. Классификация и характеристика дидактических принципов физического воспитания.
6. Классификации физических упражнений.
7. Классификация методов физического воспитания.
8. Сочетание нагрузки и отдыха в методах физического воспитания.
9. Физиологическое обоснование формирования двигательных умений и навыков.
10. Двигательное умение: определение понятия, характерные признаки, значение.
11. Двигательный навык: определение понятия, характерные признаки, значение, краткое физиологическое обоснование, стабилизация и пластичность навыка.
12. Двигательное умение высшего порядка: определение понятия, характерные признаки, значение, разновидности умений высшего порядка.
13. Классификация и характеристика методов обучения в физическом воспитании.
14. Методы круговой тренировки и их использование в учебно-тренировочных занятиях.
15. Предпосылки эффективного обучения двигательным действиям.
16. Этап ознакомления с двигательным действием: задачи, процесс формирования представления о действии, особенности использования методов обучения.
17. Этап разучивания двигательного действия: задачи стадии образования и совершенствования двигательного умения, особенности использования методов обучения, предупреждение и исправление двигательных ошибок, критерии оценки эффективности действия.
18. Этап совершенствования двигательного действия: задачи, стадии образования двигательного умения высшего порядка, особенности использования методов обучения, особенности реализации принципов обучения.
19. Способы предупреждения и устранения ошибок.
20. Средства и методы оценки эффективности процесса обучения технике двигательных

действий.

21. Взаимосвязь физических способностей и двигательных качеств человека.

22. Факторы, влияющие на развитие физических способностей человека.

23. Классификация форм проявления физических способностей человека в различных видах двигательной деятельности.

24. Определение понятий физического качества силы, разновидности и способы измерения.

Средства и методы развития силы.

25. Определение понятия физического качества быстроты, ее разновидности и способы измерения. Средства и методы развития быстроты.

26. Определение понятия физического качества выносливости, ее разновидности и способы измерения. Средства и методы развития выносливости.

27. Определение понятия физического качества ловкости, ее разновидности и способы измерения. Средства и методы развития ловкости.

28. Определение понятия физического качества гибкости, ее разновидности и способы измерения. Средства и методы развития гибкости.

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степени самостоятельности и инициативы	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо	зачтено	71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно	зачтено	55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля / Л. П. Матвеев. - 4-е изд. - Москва: Спорт, 2021. - 520 с. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для вузов физической культуры и спорта / Л. П. Матвеев. - 7-е изд. стер. - Москва : Спорт, 2020. - 342 с. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

Дополнительная литература

1. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: Учебник / Евсеев С.П. - Москва: Спорт, 2016. - 616 с. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Железняк, Ю.Д. Методика обучения физической культуре: учеб. для учреждений высш. образования/ Ю. Д. Железняк, И. В. Кулишенко, Е. В. Крякина; под ред. Ю. Д. Железняка. - 2-е изд., стер. - Москва: Академия, 2014. - 254, [1] с.: ил., табл.. - (Высшее образование - бакалавриат). - (Высшее профессиональное образование. Педагогическое образование). - Библиогр.: с. 226-227. Имеются экземпляры в отделах: УБ (39), ч.з. N6(1)
3. Кузнецов, В.С. Теория и методика физической культуры [Электронный ресурс]: учеб.для высш. проф. образования/ В. С. Кузнецов. - М.: Академия, 2012. - 410 с. + 1 эл. опт.диск (CD-ROM). - (Высшее профессиональное образование.Физическая культура и спорт). - (Бакалавриат). - Библиогр.: с. 407. - Лицензия до 29.04.2018 г. Имеются экземпляры в отделах: ч.з.N6(1), ЭБС Кантиана(1)
4. Парыгина, О.В. Теория физической культуры и спорта: учебное пособие / О. В. Парыгина. - Москва: Альтаир-МГАВТ, 2019. - 129 с. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
5. Теория и методика физической культуры: учебно-методическое пособие / сост. С. Ю. Махов. - Орел: МАБИВ, 2019. - 160 с. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.

- НЭБ Национальная электронная библиотека
- eLIBRARY.RU
- ЭБС Консультант студента
- ООО «Проспект»
- ЭБС ZNANIUM.COM
- ЭБС «Айбукс»
- ЭБС РКИ
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов соответствующее ПО и антивирусное программное обеспечение.

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

Для проведения занятий лекционного типа, практических занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения практических занятий (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

Содержание

1. Наименование дисциплины «Информационные технологии в физической культуре и спорте»	47
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	47
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	48
4. Виды учебной работы по дисциплине	48
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам	49
6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине	50
7. Методические рекомендации по видам занятий	51
8. Фонд оценочных средств	51
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	51
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	52
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	54
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	54
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	55
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	55
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	56
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	56

1. Наименование дисциплины:

«Информационные технологии в физической культуре и спорте»

Цель дисциплины – формирование у студентов способности осваивать современные информационные технологии как новые инструменты профессиональной деятельности.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ОПК-5. Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта	ОПК-5.1 Устанавливает конструктивные взаимоотношения и организует взаимодействие между участниками образовательного процесса, создает благоприятный климат в коллективе.	Знать: базовые информационные технологии для организации взаимодействия Уметь: корректно использовать информационные средства организации взаимодействия участников образовательного процесса Владеть: средствами коммуникации между участниками образовательного процесса
БК-3. Способность осуществлять профессиональную деятельность на основе специальных научных знаний, участвовать в проведении прикладных исследований в области физической культуры и спорта	БК-3.1 Выявляет и анализирует проблемы в области физической культуры и спорта. БК-3.2 Критически анализирует научно-методическую информацию по выявленной проблеме. БК-3.3 Логично, аргументированно формулирует собственные суждения и оценки, отличает факты от мнений, интерпретаций, оценок и т.д. в рассуждениях других участников деятельности.	Знать: современные средства и правила поиска информации о научных проблемах развития сферы физической культуры и спорта Уметь: критически оценивать источники и качество информации о развитии физической культуры и спорта Владеть: навыками аргументации и иллюстрации собственных суждений
БК-5. Способность понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения стандартных задач профессиональной деятельности	БК-5.1. Знает стандартные офисные приложения и наиболее распространенное бесплатное программное обеспечение для создания, редактирования, хранения и обмена текстовой и графической информацией. БК-5.2. Использует информационные технологии в решении стандартных профессиональных задач бакалавра физической культуры БК-5.3. Владеет навыками освоения новых информационно-коммуникационных технологий.	Знать: стандартные офисные приложения для создания, редактирования, хранения и обмена текстовой и графической информацией Уметь: использовать информационные технологии в решении стандартных профессиональных задач бакалавра физической культуры (подготовка документов планирования, математическая обработка данных тестирования, графическое представление статистических данных)

		Владеть: способами освоения новых информационно-коммуникационных технологий, предназначенных для решения стандартных задач профессиональной деятельности тренера-преподавателя

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина входит в обязательную часть учебного плана подготовки бакалавров физической культуры.

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и практических занятиях (в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Проблемы и перспективы информатизации физической культуры и спорта	Понятие об информации и информационных технологиях в ФКиС, источники информации, информационные потоки, требования к информации и информационно-коммуникационным технологиям (ИКТ) в ФКиС, направления использования, информационная культура специалиста, информатизация специального и неспециального физкультурного образования, цифровизация образования, информационные системы и среды, технологии для коммуникации между участниками образовательных процессов
2	Информационно-коммуникационные технологии для письменной деловой коммуникации преподавателя ФКиС	Работа с текстовыми редакторами, основные способы создания и форматирования документов для деловой переписки, операции по редактированию текста, требования к оформлению документов различного типа, обеспечение совместной работы нескольких пользователей, работа с облачными документами
3	Информационно-коммуникационные технологии для устной деловой коммуникации	особенности работы с электронными презентациями для создания иллюстраций к устной коммуникации специалиста по физической культуре (особенности иллюстрационных

	преподавателя ФКиС	материалов для разного типа выступлений), средства и методы разработки иллюстраций и демонстрационных материалов
4	Средства и методы поиска, обработки и представления научной информации в физической культуре и спорте	Электронные библиотеки, работа с базами данных и электронными таблицами общего назначения, способы графического анализа статистических данных (графики, диаграммы, таблицы).
5	Системы дистанционного обучения в физкультурном образовании	Цифровые образовательные среды, платформы для дистанционного обучения, массовой онлайн-обучение, онлайн-сервисы для разработки интерактивных упражнений.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика учебных занятий:

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Проблемы и перспективы информатизации физической культуры и спорта	Понятие об информации и информационных технологиях в ФКиС, источники информации, информационные потоки, требования к информации и информационно-коммуникационным технологиям (ИКТ) в ФКиС, направления использования, информационная культура специалиста, информатизация специального и неспециального физкультурного образования, цифровизация образования, информационные системы и среды, технологии для коммуникации между участниками образовательных процессов
2	Информационно-коммуникационные технологии для письменной деловой коммуникации преподавателя ФКиС	Работа с текстовыми редакторами, основные способы создания и форматирования документов для деловой переписки, операции по редактированию текста, требования к оформлению документов различного типа, обеспечение совместной работы нескольких пользователей, работа с облачными документами
3	Информационно-коммуникационные технологии для устной деловой коммуникации преподавателя ФКиС	особенности работы с электронными презентациями для создания иллюстраций к устной коммуникации специалиста по физической культуре (особенности иллюстрационных материалов для разного типа выступлений), средства и методы разработки иллюстраций и демонстрационных материалов
4	Средства и методы поиска, обработки и представления научной информации в физической культуре и	Электронные библиотеки, работа с базами данных и электронными таблицами общего назначения, способы графического анализа статистических данных (графики, диаграммы, таблицы).

	спорте	
5	Системы дистанционного обучения в физкультурном образовании	Цифровые образовательные среды, платформы для дистанционного обучения, массовой онлайн-обучение, онлайн-сервисы для разработки интерактивных упражнений.

Тематика самостоятельной работы студентов

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Тематика самостоятельных работ
1	Проблемы и перспективы информатизации физической культуры и спорта	Понятие об информации и информационных технологиях в ФКиС, источники информации, информационные потоки, требования к информации и информационно-коммуникационным технологиям (ИКТ) в ФКиС, направления использования, информационная культура специалиста, информатизация специального и неспециального физкультурного образования, цифровизация образования, информационные системы и среды, технологии для коммуникации между участниками образовательных процессов
2	Информационно-коммуникационные технологии для письменной деловой коммуникации преподавателя ФКиС	Работа с текстовыми редакторами, основные способы создания и форматирования документов для деловой переписки, операции по редактированию текста, требования к оформлению документов различного типа, обеспечение совместной работы нескольких пользователей, работа с облачными документами
3	Информационно-коммуникационные технологии для устной деловой коммуникации преподавателя ФКиС	особенности работы с электронными презентациями для создания иллюстраций к устной коммуникации специалиста по физической культуре (особенности иллюстрационных материалов для разного типа выступлений), средства и методы разработки иллюстраций и демонстрационных материалов.
4	Средства и методы поиска, обработки и представления научной информации в физической культуре и спорте	Электронные библиотеки, работа с базами данных и электронными таблицами общего назначения, способы графического анализа статистических данных (графики, диаграммы, таблицы), обработка данных тестирования по физической подготовленности конкретного контингента.
5	Системы дистанционного обучения в физкультурном образовании	Цифровые образовательные среды, платформы для дистанционного обучения, массовой онлайн-обучение, онлайн-сервисы для разработки интерактивных упражнений.

7. Методические рекомендации по видам занятий

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контроли- руемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
1. Проблемы и перспективы информатизации физической культуры и спорта 2. Информационно-коммуникационные технологии для письменной деловой коммуникации преподавателя ФКиС 3. Информационно-коммуникационные технологии для устной деловой коммуникации преподавателя ФКиС 4. Средства и методы поиска, обработки и представления научной информации в физической культуре и спорте 5. Системы дистанционного обучения в физкультурном образовании	ОПК-3.1 БК-3.1 БК-3.2 БК-3.3 БК-5.1 БК-5.2 БК-5.3	Ориентировочный этап – тестирование
		Деятельностный этап – контрольная работа
		Контрольно-корректировочный этап – творческий проект

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности процессе текущего контроля

Тестирование

Тестирование проводится в автоматизированной форме (в электронно-информационной среде БФУ им.И.Канта). Тестовые задания в закрытой форме при необходимости выбора единственного верного ответа имеют круглый селектор, при множественном выборе – квадратный. Используются также задания на сопоставление вариантов и в открытой форме с вводом короткого ответа (одним словом). Для получения оценки «зачтено» необходимо верно ответить не менее, чем на 60% тестовых заданий. Типовой пример тестового задания:

Вопрос	Варианты ответа
Какую операцию при работе с электронной таблицей или текстом позволяет выполнить представленная на рисунке управляющая кнопка? 	сортировка данных
	✓ графическое отображение результатов
	добавление столбцов
	логические операции с текстом
Какие из перечисленных электронных образовательных ресурсов включают в себя функции контроля знаний?	мультимедийные энциклопедии
	электронные учебники
	электронные библиотеки
	электронные учебные курсы

Контрольная работа № 1 «Реферат научного исследования в сфере ФКиС» - оформление текста не менее пяти и не более десяти страниц по результатам опубликованного научного исследования на выбор студента с соблюдением авторских прав и требований к оформлению текста

На выбор студента выполняется реферирование научной публикации, с соблюдением авторских прав и требований к оформлению отчета о научно-исследовательской работе. Не менее пяти и не более десяти страниц. В качестве публикации может быть использована научная статья, автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата или доктора наук, монография. Выбор студент может сделать из предлагаемого ниже списка статей или самостоятельно выбрать автореферат научного исследования. Оцениванию работа подлежит только при условии соблюдения научной этики – при указании авторства, полного библиографического описания работы, без искажения смысла и собственной интерпретации научных фактов, допускается описание и цитирование. Основной целью работы является формирование навыков работы с текстовым редактором на примере чтения и воспроизведения оформления отчета о научном исследовании.

Контрольная работа представляется в виде текстового документа, оформленного в соответствии с Положением о выпускных квалификационных работах БФУ им.И.Канта по направлению «Физическая культура» (49.03.01 и 49.04.01). Параметры оформления: шрифт 14 Times New Roman, интервал 1,5, поля 3,5 см слева, 1,5 справа, по 2 см сверху и снизу, абзацный отступ в тексте 1,25 см, выравнивание текста по ширине, а заголовков по середине, запрещается расстановка переносов (ручная и автоматическая), в тексте не должно быть опечаток, орфографических и грамматических ошибок, допускается адекватное выделение жирным шрифтом и курсивом заголовков, терминов и другие

акценты, рисунки подписываются снизу по середине, таблицы – сверху справа (наименование и номер), затем по середине название, литература оформляется согласно ГОСТам 7.1 или 7.0.11. На титульном листе обязательно указываются Министерство, Учебное заведение, Институт/Школа Исполнитель реферата и полное библиографическое описание реферируемой публикации.

Критерии оценки: оценка проводится по трем разделам (структура, оформление текста и оформление иллюстраций. По каждому критерию выставляется оценка 0 или 1 балл (1 балл работа получает за критерий, в котором она полностью соответствует требованиям). Для получения оценки «зачтено» (20% освоения дисциплины) работа должна соответствовать не менее, чем 6 из 10 критериев:

1. наличие структурных компонентов (титульный лист, содержание, введение, разделы согласно первоисточнику, выводы, библиографический указатель, приложение (если статья – копия первоисточника (фото или pdf- файл), если автореферат – ссылка));
2. использование соответствующего шрифта;
3. соблюдение междустрочного интервала (в том числе отсутствие лишних пробелов);
4. параметры страницы (книжная ориентация (альбомная допускается в случае размещения таблиц и рисунков), выставление полей);
5. оформление абзацев (отступ, выравнивание, переносы);
6. выделение акцентов курсивом, жирным шрифтом;
7. оформление диаграмм, таблиц, рисунков;
8. подписи рисунков и таблиц (размещение, оформление, цитирование);
9. оформление библиографического указателя (списка литературы);
10. соблюдение правил орфографии и грамматики.

Перечень научных статей (ссылок), рекомендуемых к реферированию (представлены ссылки на статьи в ведущих рецензируемых изданиях отрасли – Ученые записки университета им.П.Ф. Лесгафта, Теория и практика физической культуры и др):

[ВОССТАНОВЛЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ЧЕЛОВЕКА ПОСРЕДСТВОМ ПРИМЕНЕНИЯ СИНЕРГЕТИЧНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ СРЕДСТВ](#) Заходякина К.Ю., Шатов Д.В., Багдасарян А.С., Степанов В.А., Бородин А.В.

[ТЕХНОЛОГИЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ УНИФИЦИРОВАННЫХ ТРЕНИРОВОЧНЫХ КОМПЛЕКСОВ В ХОДЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП](#) Карпова С.Н., Пригода Г.С.

[МОТИВЫ ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ И ОТНОШЕНИЕ К СОСТЯЗАТЕЛЬНОЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У ПОДРОСТКОВ](#) Пащенко Л.Г., Жалбэ В.Г.

[РАЗВИТИЕ СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ЮНОШЕЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТРЕНИРОВОЧНЫХ УСТРОЙСТВ](#) Попова А.В., Шнейдер О.С.

[СПОСОБНОСТИ, КАК ПРОЯВЛЕНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ РАЗЛИЧИЙ, В ВОЗРАСТНОМ РАЗВИТИИ](#) Сальников В.А., Ревенко Е.М., Катаев И.В., Кравцов А.Ю.

[СТРАТЕГИИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ СПОРТСМЕНОВ НА ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНОМ ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ КАРЬЕРЫ](#) Шихвердиев С.Н., Джалилов С.А.

[ГИМНАСТИКА НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ В УВЕЛИЧЕНИИ ПРОИЗВОДИТЕЛЬНОСТИ ТРУДА И ОБЕСПЕЧЕНИИ АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ НАСЕЛЕНИЯ](#) Бодров И.М., Стеблев А.А.

[БИОМЕХАНИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ УДАРОВ В БАДМИНТОНЕ](#) Илькевич К.Б., Медведков В.Д.

[К ВОПРОСУ: ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОГО УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СИСТЕМЕ СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ](#) Королев А.С., Мануковская Т.Е., Ткачева Н.Н.

[ДИВЕРСИФИКАЦИЯ ПОНЯТИЙ В МЕТОДОЛОГИИ СПОРТИЗИРОВАННОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ](#) Лубышева Л.И.

[СПОРТ И СОЦИАЛИЗАЦИЯ: ОТ МЕТОДОЛОГИИ СПОРТИЗАЦИИ - К ИННОВАЦИОННЫМ СОЦИОКУЛЬТУРНЫМ ПРОЕКТАМ](#)

Лубышева Л.И.

[КОНВЕРСИЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СПОРТИЗИРОВАННОМ ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ И СПОРТЕ ДЛЯ ВСЕХ](#) *Литвиненко С.Н., Лубышева Л.И.*

[УПРАВЛЕНИЕ ВСЕРОССИЙСКИМ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫМ КОМПЛЕКСОМ ГТО НА МУНИЦИПАЛЬНОМ УРОВНЕ](#) *Хромин Е.В.*

[ПСИХОДИАГНОСТИКА И РАЗВИТИЕ ПСИХОМОТОРНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ МОЛОДЕЖИ](#)

Озеров В.П., Тарасова О.Ю., Тарасов П.В., Шефатов О.И.

[НАРОДНЫЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО ПРИОБЩЕНИЯ К КУЛЬТУРНОМУ НАСЛЕДИЮ РЕГИОНА](#)

Тихонова А.Ю., Макаров Д.В., Мальцева А.П.

[СТРУКТУРА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО РЕЗУЛЬТАТА В ЖЕНСКОМ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКОМ СЕМИБОРЬЕ](#)

Мехрикадзе В.В., Ермолаев Б.В., Славкина Е.В.

[СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ ПОСЛЕ ЗАВЕРШЕНИЯ КАРЬЕРЫ В СПОРТЕ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ](#) *Коган О.С., Галиуллина С.Д.*

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

Творческий проект «Разработка электронного средства обучения» - Разработка интерактивного упражнения для систем дистанционного обучения по теме на выбор студента из учебника по физической культуре для старших классов общеобразовательной школы, рекомендованного Министерством Просвещения. Студент должен продемонстрировать способность к самостоятельному поиску и освоению технологий для разработки электронных средств обучения и контроля. Для этого студент выбирает онлайн-сервис, подбирает иллюстрации, обеспечивает срочную обратную связь для самоконтроля). Оценка «зачтено» выставляется, если электронное средство обучения практически применимо в общеобразовательной школе и технически готово к размещению на платформах дистанционного обучения (имеет универсальный scorm-формат или любой другой формат, совместимый с плагинами moodle).

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию	хорошо		71-85

	ой деятельности, нежели по образцу с большей степени самостоятельности и инициативы	из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения			
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно		55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Глотова, М.Ю. Информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности педагога: учебное пособие / М. Ю. Глотова, Е. А. Самохвалова. – Москва: МПГУ, 2020. - 252 с. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

Дополнительная литература

1. Михеева, Е.В. Информационные технологии в профессиональной деятельности: учеб.пособие/ Е. В. Михеева. - Москва: Проспект, 2015. - 447, [1] с.: ил. - Библиогр.: с. 441-442 (33 назв.). Имеются экземпляры в отделах: УБ(29), ч.з.N10(1)
2. Киселев, Г.М. Информационные технологии в педагогическом образовании: учебник/ Г. М. Киселев, Р. В. Бочкова. - 2-е изд., перераб. и доп.. - Москва: Дашков и К°, 2014. - 299, [1] с.: ил., рис., табл.. - (Учебные издания для бакалавров). - Библиогр. в конце гл. Имеются экземпляры в отделах: НА(1)
3. Корнеев, И.К. Информационные технологии в работе с документами: учебник/ И. К. Корнеев. - Москва: Проспект, 2015. - 297 с.: табл.. - Библиогр.: с. 286-293 (120 назв.). Имеются экземпляры в отделах: ч.з.N6(1)
4. Петров, П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте [Электронный ресурс]: учебник/ П. К. Петров. - 4-е изд., стер.. - Москва: Академия, 2014. - 1 эл. опт. диск (CD-ROM), 288 с.: рис.. - (Высшее образование - бакалавриат). - Библиогр.: с. 278-283 (80 назв.). - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС Кантиана (1), ч.з.N1(1)

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- НЭБ Национальная электронная библиотека
- eLIBRARY.RU
- ЭБС Консультант студента
- ООО «Проспект»
- ЭБС ZNANIUM.COM
- ЭБС «Айбукс»
- ЭБС РКИ
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов соответствующее ПО и антивирусное программное обеспечение.

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

Для проведения занятий лекционного типа, практических занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения практических занятий (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

4.3. Программа дисциплины «Научно-методическая деятельность»

1.Наименование дисциплины «Научно-методическая деятельность»	59
2.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.	59
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы.	61
4. Виды учебной работы по дисциплине.	61
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам.	62
6.Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине	65
7. Методические рекомендации по видам занятий	67
8. Фонд оценочных средств	67
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	68
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности процессе текущего контроля	68
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	72
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	73
9.Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	74
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	75
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	75
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	75

1. Наименование дисциплины: «Научно-методическая деятельность».

Цель дисциплины – сформировать у студентов навыки анализа научно-методических проблем в сфере физической культуры и спорта, способствовать формированию способности проводить научно-обоснованный анализ эффективности собственной педагогической деятельности, готовить студентов к выполнению выпускной квалификационной работы.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
УК-1. Способен к формированию собственного жизненно-образовательного маршрута на основе критического мышления, целеполагания, стратегии достижения цели (в том числе в проектном типе деятельности) в условиях создания безопасной среды, с учетом традиционных российских духовно-нравственных ценностей и целей национального развития, в процессе социального взаимодействия	УК-1.4. Демонстрирует умения работы в команде в соответствии с распределением ролей при реализации проекта	Знать: -основы научных и методологических знаний; -сущность современных научных методов исследования в сфере физической культуры и спорта; -особенности применения методов исследования в научно-исследовательской деятельности студента; Уметь: -уметь применить полученные научные и методические знания для решения поставленных задач; -рассматривать различные точки зрения и выявлять степень доказательности на поставленную научно-исследовательскую задачу; -применять системный подход для решения поставленных научных задач исследования; Владеть: -терминологией научно-исследовательской деятельности -навыками поиска, критического анализа и синтеза информации при выполнении научных работ.
	УК-1.1. Выбирает источники информации, осуществляет поиск информации и определяет рациональные идеи для решения поставленных задач УК-2.1. Демонстрирует умение рассматривать различные точки зрения и выявлять степень доказательности на	Знать: основные социально-методологические концепции и соответствующую проблематику; Уметь: применять знания об обществе как системе в различных формах социальной практики; - самостоятельно анализировать различные социальные проблемы с использованием научной терминологии.

	поставленную задачу	Владеть: - умениями работать и взаимодействовать в команде; - способами для решения задач научно-исследовательской деятельности, с учетом действующих правовых норм, условий, ресурсов; - навыками воспринимать разнообразие и культурные различия, принимать социальные и этические обязательства.
БК-3. Способность осуществлять профессиональную деятельность на основе специальных научных знаний, участвовать в проведении прикладных исследований в области физической культуры и спорта	БК-3.1 Выявляет и анализирует проблемы в области физической культуры и спорта. БК-3.2 Критически анализирует научно-методическую информацию по выявленной проблеме. БК-3.3 Логично, аргументированно формулирует собственные суждения и оценки, отличает факты от мнений, интерпретаций, оценок и т.д. в рассуждениях других участников деятельности.	Знать: - основы теории и методики физической культуры и спорта, педагогики и психологии физической культуры для выявления проблем в области намеченного исследования; Уметь: -проводить исследования направленные на выявления эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности. Владеть: -навыками логично, аргументировано формулировать собственные суждения, интерпретировать полученные результаты.
ОПК-7. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного, образовательного процессов и соревновательной деятельности, в том числе с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	ОПК-7.3. Выявляет особенности планирования и методического сопровождения образовательного процесса в соответствии с ФГОС	Знать: Основы методического обеспечения и контроля образовательного и тренировочного процесса в сфере физической культуры и спорта; Уметь: - осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса в сфере физической культуры и спорта. Владеть: - навыками контроля тренировочного и образовательного процесса в сфере физической культуре и спорта;
БК-5. Способность понимать принципы работы современных	Устанавливает конструктивные взаимоотношения и организует взаимодействие	Знать: Принципы работы современных информационных технологий; Уметь:

информационных технологий и использовать их для решения стандартных задач профессиональной деятельности	между участниками образовательного процесса, создает благоприятный климат в коллективе	- использовать современные информационные технологии для решения задач профессиональной деятельности; Владеть: - современными информационными технологиями в решении задач профессиональной деятельности.
ПК-1. Способен самостоятельно приобретать и использовать в практической деятельности новейшие и технологические достижения в области саморазвития и/или построения карьеры и/или педагогики	ПКС-1. Анализирует приоритеты собственного профессионального роста и личностного развития	Знать: -теоретические основы научных исследований для собственного профессионального роста и личностного развития; Уметь: -анализировать результаты практической деятельности на различных этапах исследовательского процесса; Владеть: -современными научными достижениями для обеспечения собственного профессионального роста.
ПК-3 Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся;	ПК-3.1 Выявляет актуальные технологии педагогического контроля ПК-3.2 Использует обоснованные организационные формы, методы и средства обучения и воспитания, исходя из целевой аудитории.	Знать: - основные педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся; Уметь: Использовать в образовательном процессе обоснованные организационные формы, методы и средства обучения и воспитания, исходя из целевой аудитории; Владеть: актуальными технологиями педагогического контроля.

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Основы адаптивной физической культуры» представляет собой дисциплину Блока 1. Дисциплины (модули). Обязательная часть, входит в модуль «История и теория физической культуры»

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы по указанному направлению и профилю,

выражаются в академических часах. Часы контактной работы и самостоятельной работы студента и часы, отводимые на процедуры контроля, могут различаться в учебных планах ОПОП по формам обучения. Объем контактной работы включает часы контактной аудиторной работы (лекции/практические занятия), контактной внеаудиторной работы (контроль самостоятельной работы), часы контактной работы в период аттестации. Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Научная и методическая деятельность в сфере физической культуры и спорта, в процессе профессиональной подготовки будущих педагогов физической культуры	Наука как фактор прогрессивных преобразований в обществе, во всех областях, в образовании, физической культуре, спорте, физическом воспитании. - Характеристика высшего профессионального образования, место и роль научно-методической подготовки студентов.
2	Методологические основы научного познания и творчества. Основная проблематика научных исследований и организационная структура НИР в физической культуре и спорте.	Организационная структура науки в Российской Федерации. Система государственного управления наукой. Стандартизация – основа управления качеством. Контроль научной деятельности. - Система подготовки и использования научно-педагогических кадров. Докторантура, аспирантура, соискательство, стажировка. Роль научной школы и научного руководства. Материальное оснащение науки. - Значение науки в профессиональной деятельности специалиста физической культуры и спорта. - Основная проблематика научных исследований: акцентировано оздоровительные физкультурно-спортивные занятия; физическое воспитание всех категорий населения страны; подготовка спортсменов на уровне спортивного резерва и олимпийского спорта; подготовка специалистов для названных сфер.
3	Методическая деятельность в физической культуре и спорте. Трансформация научных, теоретических положений в практический результат,	Трансформация научных, теоретических положений в практический результат физического воспитания и спорта.

	профессиональная деятельность.	- Методическая деятельность как служба реализации, воплощения результатов научных исследований в физкультурно-спортивной практике (наука и практика, теория и методика). Содержание методической деятельности. Элементы исследовательской работы в методической деятельности (наблюдение, фиксирование информации и внесение корректив и т.п.). - Виды методических работ: учебник, учебное пособие, методические рекомендации(указания), программы, наглядные пособия, учебные кино- и видеофильмы и др.
4	Связь учебной, научно и методической деятельности студентов на базе дисциплин учебного плана. НИД студентов. Выбор направления научного исследования и этапы научно-исследовательской работы.	Классификация научно-исследовательских работ. - Выбор направления научного исследования. Критерии актуальности научно-исследовательских работ. - Этапы научно-исследовательской работы. Сбор и анализ информации по теме исследования. Разработка рабочей гипотезы. Выбор и разработка методики исследования. Проведение исследования. Обработка и анализ полученных результатов. Представление и передача информации. Внедрение результатов научной работы. Планирование дальнейших исследований. Понятие «информация», «информатика», «информатизация». Информатика как наука. Рассеивание и старение информации. Информационно-поисковые системы. Накопление научной информации. - Современные информационные технологии в процессе научно-методической деятельности.
5	Педагогические методы исследования	Выбор методов исследования. Методы организации учебно-воспитательной работы в опытных группах: экспериментальный, контрольный, индивидуальный. Методы сбора текущей информации: педагогический анализ, хронометрирование, контрольные испытания, анализ текущей учебной документации, опрос (анкетирование, интервью, беседа), регистрация

		техники выполнения, стенографирование. Методы получения ретроспективной информации. Методы математической обработки.
6	Обработка результатов научного исследования, методических материалов	Математико-статистическая обработка материалов научной и методической деятельности. Основы теории математической статистики. Методы определения случайных ошибок. Установление стабильности процессов. Определение связи между признаками. Методы графической обработки экспериментальных данных. Рациональные приемы графического изображения экспериментальных данных. Анализ теоретико-экспериментальных исследований, формулирование выводов и предложений, практических рекомендаций.
7	Оформление результатов научной и методической работы	Формы представления результатов научного исследования, методической работы. Научный отчет, монография. Диссертации докторская и кандидатская. Выпускные квалификационные работы: дипломная, магистерская диссертация, работа бакалавра. Учебники, учебные пособия, методические разработки. Основные требования к рукописи и ее оформлению. Рубрикация текста. Язык и стиль научной и методической работы. Представление табличного и иллюстрированного материала. Редактирование рукописи.
8	Критерии качества, внедрение результатов и эффективность научных исследований, методических разработок	Критерии качества научно-методических работ: проблема, тема, актуальность, новизна, теоретическая и практическая значимость. -Формы внедрения результатов, этапы внедрения, акты внедрения. Система конкурсов на лучшую научную работу, учебное издание на Федеральном, региональном и вузовском уровнях.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика учебных занятий *лекционного* типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

Тема 1. Научная и методическая деятельность в сфере физической культуры и спорта, в процессе профессиональной подготовки будущих педагогов физической культуры.

Тема 2. Методологические основы научного познания и творчества. Основная проблематика научных исследований и организационная структура НИР в физической культуре и спорте.

Тема 3. Связь учебной, научно и методической деятельности студентов на базе дисциплин учебного плана. НИД студентов. Выбор направления научного исследования и этапы научно-исследовательской работы.

Тема 4. Педагогические методы исследования.

Тема 5. Обработка результатов научного исследования, методических материалов.

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

Тема 1: Научная и методическая деятельность в сфере физической культуры и спорта, в процессе профессиональной подготовки будущих педагогов физической культуры.

Наука как фактор прогрессивных преобразований в обществе, во всех областях, в образовании, физической культуре, спорте, физическом воспитании. Характеристика высшего профессионального образования, место и роль научно-методической подготовки студентов..

Тема 2. Методологические основы научного познания и творчества. Основная проблематика научных исследований и организационная структура НИР в физической культуре и спорте.

Вопросы для обсуждения: Основная проблематика научных исследований: оздоровительные физкультурно-спортивные занятия; физическое воспитание всех категорий населения страны; подготовка спортсменов на уровне спортивного резерва и олимпийского спорта; подготовка специалистов для названных сфер.

Тема 3. Связь учебной, научно и методической деятельности студентов на базе дисциплин учебного плана. НИД студентов. Выбор направления научного исследования и этапы научно-исследовательской работы.

Вопросы для обсуждения: Классификация научно-исследовательских работ. Выбор направления научного исследования. Критерии актуальности научно-исследовательских работ. Этапы научно-исследовательской работы. Сбор и анализ информации по теме исследования. Разработка рабочей гипотезы. Выбор и разработка методики исследования. Проведение исследования. Обработка и анализ полученных результатов. Представление и передача информации. Внедрение результатов научной работы. Планирование дальнейших исследований. Понятие «информация», «информатика», «информатизация». Информатика как наука. Рассеивание и старение информации. Информационно-поисковые системы. Накопление научной информации. - Современные информационные технологии в процессе научно-методической деятельности.

Тема 4. Связь учебной, научно и методической деятельности студентов на базе дисциплин учебного плана. НИД студентов. Выбор направления научного исследования и этапы научно-исследовательской работы.

Вопросы для обсуждения: Классификация научно-исследовательских работ. Выбор направления научного исследования. Критерии актуальности научно-исследовательских работ. Этапы научно-исследовательской работы. Сбор и анализ информации по теме исследования. Разработка рабочей гипотезы. Выбор и разработка методики исследования. Проведение исследования. Обработка и анализ полученных результатов. Представление и передача

информации. Внедрение результатов научной работы. Планирование дальнейших исследований. Понятие «информация», «информатика», «информатизация». Информатика как наука. Рассеивание и старение информации. Информационно-поисковые системы. Накопление научной информации. Современные информационные технологии в процессе научно-методической деятельности.

Тема 5. Педагогические методы исследования.

Вопросы для обсуждения: исследования. Методы организации учебно-воспитательной работы в опытных группах: экспериментальный, контрольный, индивидуальный. Методы сбора текущей информации: педагогический анализ, хронометрирование, контрольные испытания, анализ текущей учебной документации, опрос (анкетирование, интервью, беседа), регистрация техники выполнения, стенографирование. Методы получения ретроспективной информации. Методы математической обработки.

Тема 6. Обработка результатов научного исследования, методических материалов.

Вопросы для обсуждения: Математико-статистическая обработка материалов научной и методической деятельности. Основы теории математической статистики. Методы определения случайных ошибок. Установление стабильности процессов. Определение связи между признаками. Методы графической обработки экспериментальных данных. Рациональные приемы графического изображения экспериментальных данных. Анализ теоретико-экспериментальных исследований, формулирование выводов и предложений, практических рекомендаций.

Тема 7. Оформление результатов научной и методической работы.

Вопросы для обсуждения: Формы представления результатов научного исследования, методической работы. Научный отчет, монография. Диссертации докторская и кандидатская. Выпускные квалификационные работы: дипломная, магистерская диссертация, работа бакалавра. Учебники, учебные пособия, методические разработки. Основные требования к рукописи и ее оформлению. Рубрикация текста. Язык и стиль научной и методической работы. Представление табличного и иллюстрированного материала. Редактирование рукописи.

Тема 8. Критерии качества, внедрение результатов и эффективность научных исследований, методических разработок

Вопросы для обсуждения: Критерии качества научно-методических работ: проблема, тема, актуальность, новизна, теоретическая и практическая значимость. Формы внедрения результатов, этапы внедрения, акты внедрения. Система конкурсов на лучшую научную работу, учебное издание на Федеральном, региональном и вузовском уровнях.

Тематика самостоятельной работы студентов

Работа с лекционным материалом, предусматривающая проработку конспекта лекций и учебной литературы, по следующим темам: Научная и методическая деятельность в физической культуре и спорта. Развитие научной деятельности в сфере физической культуры и спорта. Выбор направления и планирование исследования. Основные методы научных исследований в теории и методики физической культуры и спорта: анализ научно-методической литературы, документальных и архивных материалов; педагогическое наблюдение; беседа, интервью и анкетирование; контрольные испытания; хронометрирование; экспертное оценивание; педагогический эксперимент; математико-статистические методы. Работа с литературными источниками. Рефераты, обзоры. Анализ и обобщение. Педагогическое наблюдение. Достоинства и слабости метода наблюдений. Анкетирование и экспертное оценивание в физической, технической и тактической подготовки спортсменов. Инструментальные методы исследования. Основные инструментальные методы исследования. Виды научных и методических работ, формы их представления. Оформление результатов научного исследования и методической работы. Реферат. Доклад. Контрольная, Курсовая, Дипломная работы. Монография, книга научная, научно-популярная. Научная статья, тезисы. Программа, учебник, учебное пособие, методические рекомендации. Электронное издание. Открытие, изобретение,

рационализаторское предложение. Структура научной публикации. Требования к содержанию отдельных разделов выпускной работы.

Выполнение домашнего задания, предусматривающего решение задач, выполнение упражнений, выдаваемых на практических занятиях, по следующим темам: Анализ публикаций по проблематике научных исследований в сфере физической культуры и спорта. Составление библиографического списка. Разработка педагогического эксперимента. Составление анкеты. Анализ результатов тестирования показателей физического состояния спортсменов, школьников, с представлением оформленных результатов и интерпретацией полученных результатов. Курсовая работа по выбранной теме исследования.

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретным ситуациям из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контроли- руемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Тема 1-8	УК- 1 БК-3 ОПК -7 БК – 5 ПК – 1 ПК - 3	Ориентировочный этап - Опрос, Доклад с презентацией. Деятельностный этап - Письменные задания Контрольно-корректировочный -Курсовые работы

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности процессе текущего контроля

Опрос. Тестирование.

1. При завершении научной работы подводят итоги и определяют: какие результаты получены впервые и какое новое знание получено. Отражается в формулировках: разработаны, обоснованы, выявлены.

- а. теоретическая значимость
- б. научная новизна
- в. защищаемые положения
- г. практическая значимость

2. Вид работы, по своему характеру представляет собой запись устного сообщения по какой -либо теме

- а. реферат
- б. доклад
- в. тезисы докладов
- г. контрольная работа

3. Вид работы, с которого обычно начинается знакомство студента – начинающего исследователя с научно-методической работой. В сокращенном виде излагается содержание научной работы, какой -либо книги, либо кратко раскрывается какая-либо тема.

- а. доклад
- б. реферат
- в. контрольная работа
- г. тезисы доклада

4. Исследователь наблюдает со стороны, не принимая личного участия в занятиях, он свидетель происходящего

- а. открытое наблюдение
- б. непосредственное наблюдение
- в. непрерывное наблюдение
- г. дискретное наблюдение

5. Вид эксперимента, который проводится при подробном объяснении задач и содержание исследования.

- а. естественный эксперимент
- б. лабораторный эксперимент

в. открытый эксперимент

г. констатирующий эксперимент

Задание 1. Составить библиографический список.

Задание 2. На основе теоретического анализа охарактеризовать одну из проблем в сфере физической культуры и спорта. Обосновать актуальность, описать ее, выделить основные противоречия и сформулировать проблему.

Задание 3. Выбрать любую из предложенных тем исследования и составить методологические характеристики исследования в соответствии с выбранной темой.

Задание 3. Составьте анкету для проведения научного исследования по одной из предложенных тем. Обоснуйте свой выбор вопросов для анкеты.

Задание 5. Составить перечень методов для проведения исследования по одной из предложенных тем.

Задание 6. Методы математической статистики в решении исследовательских задач.

Задание 7. На основе результатов задания 6 представить табличные и иллюстрированный материал.

Тестирование проводится в автоматизированной форме в электронно-информационной образовательной среде БФУ им.И.Канта. Тестовые задания в закрытой форме при необходимости выбора единственного верного ответа имеют круглый селектор, при множественном выборе – квадратный. Используются также задания на сопоставление вариантов и в открытой форме с вводом короткого ответа (одним словом). Для получения оценки «зачтено» необходимо верно ответить не менее, чем на 60% тестовых заданий (в БРС автоматически выставляется оценка «удовлетворительно», «хорошо» - от 71 %, «отлично» - при результате свыше 85% правильных ответов).

Курсовая работа выполняется в соответствии с Положением о выпускных квалификационных работах студентов направления «Физическая культура» (объем около 30 печатных страниц формата А4, шрифт Таймс 14, через 1,5 интервала, текст, таблицы, рисунки, список литературы оформляются согласно указанному там ГОСТу, в структуре работы должны присутствовать титульный лист, оглавление, введение с указанием актуальности, цели, объекта, предмета, гипотезы и задач исследования, три главы – обзор литературы, методы и организация исследования, результаты эмпирического исследования – выводы, список использованной литературы, при необходимости приложения). Курсовая работа представляется на кафедру, затем проводится защита.

Оценивается три основных компонента – качество текста, доклад с презентацией и ответы на вопросы комиссии. Оценку «удовлетворительно» студент получает, если имеет общее представление о рассматриваемых вопросах, допускает ошибки (не искажающие основной смысл понятия) в определениях, использует специальные средства иллюстрации полученных результатов, работа соответствует требованиям по структуре, доклад соответствует содержанию работы, демонстрирует общую логику исследования. Оценка «хорошо» выставляется, если студент может выделить наиболее важные вопросы, объяснить взаимосвязь рассматриваемых явлений и процессов, ответы в целом верно отражают содержание вопросов (в том числе основные определения, закономерности), допустимы ошибки, которые студент может исправить в ходе обсуждения практических примеров. Доклад соответствует по структуре и содержанию работе, четко регламентирован по времени, иллюстрационные материалы не содержат ошибок в терминологии. Если студент хорошо ориентируется в рассматриваемых проблемах, может выделить наиболее важные вопросы, объяснить взаимосвязь рассматриваемых явлений и процессов, ответы полно отражают содержание вопросов (в том числе основные определения, закономерности, практические примеры), может аргументировать свою точку зрения, работа соответствует всем требованиям Положения, представляет собой

качественный анализ научной литературы, педагогического опыта и/или собственные эмпирические результаты, доклад четко структурирован по времени и содержанию, отражает логику исследования, использованные иллюстрационные материалы убедительно доказывают полученные выводы, то студент получает оценку «отлично».

Критерии и шкала оценки проекта

Показатель	Шкала в баллах	Качественная оценка
1. Обоснование актуальности	0	Элемент отсутствует или полностью не соответствует логике научного исследования или не относится к представленному в теме работы объекту исследования
	1	Представлена практическая значимость рассматриваемой проблемы
	2	Представлена практическая значимость рассматриваемой проблемы, представлены формулировка проблемы и противоречия, которые частично соответствуют логике научного исследования
	3	Представлена в целом соответствующая научной логике формулировка проблемы исследования, логично обосновано наличие противоречия
2. Формулировка цели, объекта, предмета и гипотезы исследования	0	Присутствуют не все необходимые элементы
	1	Элементы не связаны, не соответствуют теме исследования
	2	Имеются существенные нарушения формулировки, искажающие логику научного исследования
	3	Все представленные элементы в целом соответствуют теме исследования и логике научного исследования
3. Формулировка задач исследования	0	Отсутствие элемента или полное не соответствие теме (предмету) исследования
	1	Задачи сформулированы, но имеются существенные искажения порядка их решения, задачи не соответствуют объекту или предмету исследования,
	2	Задачи в целом соответствуют предмету исследования, позволяют достичь цели, имеются значительные недостатки формулировки, например, одна из задач полностью совпадает с целью исследования
	3	В формулировке задач имеются не существенные недостатки (не искажающие логику научного исследования)
4. Анализ разработанности проблемы	0	Отсутствие элемента или полное не совпадение с предметом исследования
	1	Преобладание описательного текста, излагающего базовые знания в рамках предмета исследования
	2	Значительное число стилистических ошибок, нарушение правил цитирования и оформления ссылок
	3	Текст в целом соответствует научному стилю, содержит сравнительный анализ данных литературы, приводятся данные о теоретических и экспериментальных исследованиях проблемы
5. Проектирование методики эмпирического исследования (выбор и описание методов исследования)	0	Отсутствие элемента
	1	Выбранные методы не соответствуют цели и задачам исследования
	2	Выбранные методы в целом соответствуют цели и задачам исследования, не представлены способы их применения или есть существенные несоответствия в выборе частных методик
	3	Наличие теоретических и эмпирических методов исследования, выбранные методы позволяют решать поставленные в работе задачи, представлены основные правила применения или содержание диагностических методик
6. Проектирование организации исследования	0	Отсутствие элемента
	1	Перечислены этапы и сроки выполнения работ, не описаны последовательности действий и содержание по каждому этапу, нарушена последовательность решения задач или применения средств и методов исследования, не определены сроки выполнения видов деятельности по

		этапам
	2	В правильном порядке определена последовательность этапов и действий на каждом порядке, имеются существенные ошибки в планировании сроков выполнения (например, длительность эксперимента не позволяет получить ожидаемые результаты).
	3	В целом правильно описаны этапы и содержание деятельности, нет существенных ошибок, искажающих логику научного исследования, для достижения поставленной цели возможна корректировка, но не существенное изменение программы
7. Опробование эмпирических методов исследования	0	Элемент отсутствует
	1	Данные представлены с наличием существенных ошибок, искажающих смысл полученных выводов
	2	Выбранные методы использованы в целом правильно, представлены исходные данные и описание полученных результатов, но отсутствует их критический анализ и обобщение
	3	Корректно представлены результаты, полученные с помощью диагностической методики - есть их описание, анализ, в том числе графическое отображение без существенных ошибок
8. Формулировка выводов	0	Элемент отсутствует
	1	Выводы не отражают результатов, не соответствуют задачам
	2	Выводы частично соответствуют задачам, отражают результаты исследования
	3	Выводы в целом соответствуют задачам, отражают результаты исследования
9. Составление списка использованной литературы	0	Представлено менее 10 источников
	1	Представлено не менее 10 источников, имеются существенные нарушения правил оформления ссылок, не все источники соответствуют теме исследования
	2	Представлено не менее 15 источников, имеются существенные нарушения оформления ссылок, не все источники представлены в тексте работы, преобладают учебники и/или источники старше 10 лет
	3	Представлено не менее 15 источников, имеются не значительные нарушения оформления ссылок, не все источники представлены в тексте работы
10. Составление и представление доклада	0	Доклад отсутствует
	1	Превышены временные рамки более, чем на 20 %, не представлены основные атрибуты исследования, недостаточно развита техника речи, нет ответов на вопросы
	2	Доклад в целом соответствует научной логике, отражает основные атрибуты исследования, временные рамки превышены не более, чем на 20 %, недостаточно развита техника речи, нет ответов на вопросы
	3	Доклад в целом соответствует научной логике, отражает основные атрибуты методологии и планируемые результаты, студент дает ответы на вопросы
11. Иллюстрация результатов исследования (подготовка презентации)	0	Презентация отсутствует
	1	Презентация в целом не соответствует общим требованиям – не иллюстрирует содержание доклада или полностью повторяет текст доклада, отсутствуют схемы, таблицы, иллюстрации не относятся к предмету исследования, нарушены стандарты оформления по требованиям WorldSkills
	2	Презентация в целом решает задачи иллюстрации доклада, имеются существенные недостатки – стилистические ошибки, ошибки в терминологии, нарушение правил оформления таблиц, рисунков и др. существенные ошибки
	3	Презентация в целом решает задачи иллюстрации доклада, имеются не существенные недостатки – стилистические ошибки, нарушения пропорций схем, таблиц, рисунков

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

Примерный перечень вопросов:

1. Цель и задачи дисциплины «Научно-исследовательская деятельность»
2. Обыденное и научное познание
3. Этапы развития научного познания.
4. Наука, ее функции, роль в обществе, в физической культуре.
5. Научное знание, научное исследование.
6. Взаимосвязь научной и методической деятельности.
7. Роль и место научной и методической деятельности в сфере физической культуры.
8. Виды методических работ и их характеристика.
9. Метод и методология научного исследования.
10. Эмпирический уровень научного познания.
11. Теоретический уровень научного познания.
12. Проблемная ситуация и проблема исследования.
13. Выбор темы исследования.
14. Объект и предмет научного познания.
15. Гипотеза исследования и её разновидности.
16. Задачи исследований, требования к их постановке.
17. Наиболее распространенные методы исследований в области физической культуры.
18. Система поиска научной информации.
19. Методика сбора и изучения специальной литературы.
20. Беседа, интервью, анкетирование.
21. Педагогическое наблюдение. Виды педагогических наблюдений.
22. Метод экспертных оценок.
23. Тестирование в исследованиях по физической культуре.
24. Особенности педагогического эксперимента.
25. Виды педагогического эксперимента.
26. Методика проведения педагогического эксперимента.
27. Разновидности педагогических экспериментов (констатирующий, преобразующий, естественный, модельный).
28. Планирование эксперимента. Экспериментальные переменные.
29. Инструментальные методы исследования, применяемые в области физической культуры и спорта.
30. Роль статистических методов в педагогическом исследовании.
31. Использование компьютерных технологий в научной деятельности.
32. Актуальность темы научной работы - основные критерии определения актуальности.
33. Предпосылки и гипотеза исследования (на примере собственной научно-исследовательской работы).
34. Обработка экспериментальных результатов (на примере собственной научно-исследовательской работы).
35. Этапы научного исследования (на примере собственной научно-исследовательской работы).
36. План научно-исследовательской работы (на примере собственной научно-исследовательской работы).
37. Критерии оценки результатов научного исследования.
38. Варианты внедрения результатов исследования в практику.
39. Требования к подготовке и защите курсовых и выпускных квалификационных работ.
40. работ.
41. Требования к библиографическому описанию научно-методической литературы в списке (книги, монографии, учебника и учебного пособия, статьи из журналов и сборников научных трудов, тезисов доклада, автореферата диссертации).

42. Требования к тезисам доклада и научным статьям, представляемым к публикации.

Примерный перечень тем курсовых работ:

- Исследование физической подготовленности обучающихся (система образования, пол, возраст, уровень спортивной квалификации, этап спортивной подготовки - на выбор студента)
- Исследование физического развития обучающихся (система образования, пол, возраст, уровень спортивной квалификации, этап спортивной подготовки - на выбор студента)
- Критерии эффективности физкультурно-оздоровительной работы в образовательной организации
- Проектирование учебной деятельности учащихся (в различных ступенях физкультурного образования)
- Построение, содержание и технологии тренировки на примере избранного вида спорта (этап подготовки на выбор студента)
- Технологии управления процессом развития спортивной формы
- Двигательные умения и навыки как предмет обучения в спортивной подготовке
- Проблемы государственной и муниципальной поддержки развития системы спортивной подготовки
- Методы контроля качества технических действий в избранном виде спорта
- Методики анализа соревновательной деятельности в избранном виде спорта
- Система контроля физической подготовленности в избранном виде спорта
- Система начального отбора для занятий избранным видом спорта
- Мотивация занятий спортом на различных этапах подготовки
- Проблемы психологической готовности детей в избранном виде спорта к участию в соревнованиях
- Средства, методы и технологии психологической подготовки спортсменов (пол, возраст, уровень спортивной квалификации, этап спортивной подготовки - на выбор студента)
- Проблемы реализации антидопинговой политики в спортивных школах
- Проблемы развития функций равновесия в различных видах спорта
- Проблемы оценки состояния сенсорных систем спортсменов на примере избранного вида спорта
- Воспитательная роль судей в избранном виде спорта
- Спортивные соревнования как средство развития личностных качеств юных спортсменов в избранном виде спорта
- Исследование эффективности инструкторской и судейской практики учащихся в спортивных школах
- Исследование влияния занятий избранным видом спорта на функциональное состояние детей в группах начальной подготовки
- Средства контроля и развития когнитивных функций спортсменов в избранном виде спорта

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов,	отлично	зачтено	86-100

		приемов, технологий			
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степенью самостоятельности и инициативы	Включает <i>нижестоящий уровень</i> . Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо		71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно		55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Басовский, Л. . Основы научных исследований: учебник / Л.Е. Басовский, Е.Н. Басовская. — Москва ИНФРА-М, 2022. — 257 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI 10.12737/1192099. - ISBN 978-5-16-016586-8. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1192099>
2. Мониторинг с элементами спортивной метрологии при занятиях физической культурой и спортом: Учебное пособие / Вериго Л.И., Вышедко А.М., Данилова Е.Н. - Краснояр.:СФУ, 2016. - 224 с.: ISBN 978-5-7638-3560-1. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/978650>
3. Глотова, М.Ю. Информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности педагога: учебное пособие / М. Ю. Глотова, Е. А. Самохвалова. – Москва: МПГУ, 2020. - 252 с. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

Дополнительная литература

1. Научно-исследовательская деятельность студентов в гуманитарном пространстве инновационного университета : монография / С. П. Фирсова, Т. В. Голикова, А. Н. Тарасова [и др.] ; под общ. ред. С. П. Фирсовой, Т. В. Голиковой. - Йошкар-Ола : Поволжский государственный технологический университет, 2017. - 216 с. - ISBN 978-5-8158-1787-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1875555>
2. Авдеенко, А. М. Научно-исследовательская работа студентов : учебное пособие / А. М. Авдеенко, А. В. Кудря, Э. А. Соколовская ; под. ред. А. В. Кудря. - Москва : Изд. Дом МИСиС, 2008. - 78 с. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1223211>
3. Киселев, Г.М. Информационные технологии в педагогическом образовании: учебник/ Г. М. Киселев, Р. В. Бочкова. - 2-е изд., перераб. и доп.. - Москва: Дашков и К°, 2014. - 299, [1] с.: ил., рис., табл. - (Учебные издания для бакалавров). - Библиогр. в конце гл. Имеются экземпляры в отделах: НА (1)

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- НЭБ Национальная электронная библиотека
- eLIBRARY.RU
- ЭБС Консультант студента
- ООО «Проспект»
- ЭБС ZNANIUM.COM
- ЭБС «Айбукс»
- ЭБС РКИ
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантитана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов соответствующее ПО и антивирусное программное обеспечение.

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

Для проведения занятий лекционного типа, практических занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения практических занятий (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

5. Программа практики

«Не предусмотрена»

6. Программа итоговой аттестации

Определение результатов освоения модуля на основе вычисления оценки по каждому элементу модуля.

Оценка по модулю рассчитывается по формуле:

$$R_j^{\text{мод}} = \frac{k_1 R_1 + k_2 R_2 + k_3 R_3 + \dots + k_n R_n + R_{\text{кур}}}{k_1 + k_2 + k_3 + \dots + k_n}$$

Где:

$R_j^{\text{мод}}$ – оценка по модулю

$k_1, k_2, k_3, \dots, k_n$ – зачетные единицы дисциплин, входящих в модуль

$R_1, R_2, R_3, \dots, R_n$ – оценки по дисциплинам модуля

$R_{\text{кур}}$ – оценка по курсовой работе

В случае, если по дисциплине предусмотрен зачет без оценки, то за оценку по дисциплине принимается «5».

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования «Балтийский федеральный университет
имени Иммануила Канта»
ОНК «Институт образования и гуманитарных наук»
Высшая школа физической культуры и спорта**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МОДУЛЯ

«Психолого-педагогическое сопровождение учебно-воспитательного процесса»

Шифр: 49.03.01

Направление подготовки: «Физическая культура»

Направленность образовательной программы: «Спортивная подготовка»

Квалификация выпускника: тренер-преподаватель

Калининград
2026

Лист согласования**Составители:****А.А. Зайцев, д.п.н., профессор****Е.Л. Матова, к.п.н****Н.В. Самсонова, д.п.н., профессор****Е.О. Ширшова, к.п.н., доцент**

Рабочая программа утверждена на заседании Ученого совета ОНК «Институт образования и гуманитарных наук»

Председатель Ученого совета ОНК
«Институт образования и гуманитарных
наук»

д.п.н., профессор

А.О. Бударина

Руководитель образовательной программы О.С. Корабовцева

Содержание

1. Название образовательного модуля	4
2. Характеристика образовательного модуля	4
3. Методические указания для обучающихся по освоению модуля	9
4. Программы дисциплин образовательного модуля	
4.1. Программа дисциплины «Общая психология»	10
4.2. Программа дисциплины «Общая педагогика»	24
4.3. Программа дисциплины «Психология физической культуры»	39
4.4. Программа дисциплины «Педагогика физической культуры»	53
5. Программа практики	67
6. Программа итоговой аттестации по модулю	67

1. Название модуля: «Психолого-педагогическое сопровождение учебно-воспитательного процесса»

2. Характеристика модуля

2.1. Образовательные цели и задачи

Модуль ставит своей целью создать условия для эффективного формирования и развития профессиональных компетенций выпускника в психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательных процессов в адаптивной физической культуре.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

1. Способствовать овладению педагогическими и психологическими знаниями с учетом основных квалификационных характеристик преподавателя в области адаптивной физической культуры.
2. Формировать готовность студентов к решению профессиональных задач, связанных с психологическим обеспечением развития и функционирования психических явлений, состояний и качеств у обучающихся различных возрастных групп.
3. Способствовать формированию профессиональной компетентности по практической реализации полученных психолого-педагогических знаний в реальной педагогической деятельности в сфере адаптивной физической культуры.

2.2. Образовательные результаты выпускника

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста;	ОПК-1.1 Определяет цели и задачи занятий физической культурой с учетом пола и возраста занимающихся ОПК-1.2 Выбирает средства и методы решения задач физического воспитания, адекватные цели занятия, полу и возрасту занимающихся ОПК-1.3 Использует инструменты планирования занятий с учетом положений теории физической культуры и физиологической характеристики нагрузки	Знать: сущностные характеристики человека как индивида, личности и индивидуальности; основные индивидуально-психологические характеристики личности и их влияние на индивидуальный стиль деятельности и общения обучающихся; основные подходы к определению индивидуальных психических и психологических особенностей; основные подходы к измерению и оценки психического состояния занимающихся, особенности проявления в образовательной и двигательной деятельности психических процессов, сознания, когнитивных функций, типа темперамента, характера, потребностей и мотивации, основные средства и методы управления ими, психологические особенности занимающихся разного пола и возраста, цели и задачи психологических средств в системе спортивной подготовки

		для людей разного пола и возраста Уметь: выбирать соответствующие методы контроля и оценки психического состояния занимающихся в ходе педагогического процесса, выбирать средства и методы регуляции психического состояния занимающихся в процессе занятий физическими упражнениями, выбирать средства и методы решения задач по развитию и коррекции психических свойств и состояний в ходе физкультурно-спортивной деятельности в зависимости от пола и возраста занимающихся Владеть: способами анализа результатов оценки психических процессов, индивидуальных психологических особенностей и психического состояния занимающихся в ходе педагогического процесса, способами планирования занятий физическими упражнениями с учетом психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, способами выбора целей и задач деятельности тренера по обеспечению психического развития занимающихся
ОПК-2 Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	ОПК-2.1 Определяет наиболее значимые антрометрические, физиологические и психологические особенности, обеспечивающие успех соревновательной деятельности в избранном виде спорта. ОПК-2.2 Выявляет информативные средства и методы оценки задатков ребенка для занятий избранным видом спорта. ОПК-2.3 Выбирает эффективные технологии спортивного отбора и	Знать: психологические особенности, обеспечивающие успех соревновательной деятельности в избранном виде спорта, средства психологической диагностики в системе спортивного отбора, ориентации и спортивной подготовке Уметь: определять психологические особенности личности, сопоставлять с требованиями соревновательной деятельности в избранном виде спорта Владеть: способами прогнозирования достижения успеха в занятии спортом в зависимости от результатов психологической диагностики

	спортивной ориентации в избранном виде спорта	
ОПК-5 Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта	ОПК-5.1. Устанавливает конструктивные взаимоотношения и организует взаимодействие между участниками образовательного процесса, создает благоприятный климат в коллективе	Знать: психологические основы развития социально-значимых качеств, теоретические основы педагогики, современные средства, методы, технологии воспитательной деятельности, подходы к классификации образовательных результатов, ценностные ориентиры воспитательной деятельности в системе общего и дополнительного образования, диагностический инструментарий и средства воздействия на развитие у обучающихся социально-значимых личностных качеств Уметь: организовывать продуктивное общение с участниками образовательного процесса, направленное на воспитание социально-значимых личностных качеств, использовать диагностический инструментарий и отбирать современные технологии воздействия на личностное развитие обучающихся Владеть: способами психологической диагностики социально-значимых личностных качеств обучающихся, навыками проектирования воспитательных воздействий в рамках комплексных воспитательных программ в системе общего и дополнительного образования
ОПК-7 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного, образовательного процессов и соревновательной деятельности, в том числе с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической	ОПК-7.1 Выявляет актуальные методы измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся ОПК-6.2 Использует результаты контроля в корректировке планов учебной и тренировочной работы	Знать: возрастные особенности развития личности обучающихся, теоретические основы формирования ценностных установок личности в физкультурно-спортивной деятельности; способы взаимодействия педагога с различными субъектами образовательного процесса; психолого-педагогические основы организации учебно-воспитательной и тренировочной работы, массовых физкультурно-

подготовленности, психического состояния занимающихся		оздоровительных мероприятий; факторы, определяющие профессиональное мастерство в избранном виде физкультурно-спортивной деятельности; психолого-педагогические особенности профессионального общения; основные требования, предъявляемые к личности спортивного педагога, основы формирования его профессионального мастерства; приемы общения учителя ФК с коллективом занимающихся, условия межличностного общения в коллективе и каждым индивидуумом; Уметь: классифицировать средства и методы воспитательной деятельности для решения задач спортивной подготовки, определять инструменты воздействия на развитие ценностных установок личности обучающихся, изучать с позиций достижений психолого-педагогической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью и использовать полученную информацию при построении и планировании занятий; использовать в профессиональной деятельности передовые приемы обучения и воспитания; критически оценивать и корректировать собственную профессиональную деятельность в зависимости от результатов контроля за деятельностью занимающихся; использовать методы педагогической и психологической диагностики, способами и методами создания благоприятного климата в коллективе учащихся; педагогическими технологиями и методами педагогического контроля, контроля качества обучения; методами оценки и коррекции

		педагогической деятельности; методами психолого-педагогической диагностики; Владеть: навыками отбора и применения воспитательных воздействий для формирования осознанного отношения обучающихся к физкультурно-спортивной деятельности
БК-1 Способность воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения, формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации самосовершенствования	БК-1.1.Проектирует и реализовывает воспитательные программы, направленные на воспитание у обучающихся социально-значимых личностных качеств БК-1.2. Выявляет ситуации и события, способствующие профилактике негативного социального поведения БК-1.3. Определяет инструменты и методы для формирования осознанного отношения занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности с учетом возрастных особенностей БК-1.4. Классифицирует средства и методы избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста	Знать: актуальные методы измерения и оценки психического состояния занимающихся, общие требования к психологическому сопровождению спортивной подготовки для контроля и коррекции планов учебной и тренировочной работы Уметь: оценивать психическое состояние занимающихся в процессе реализации учебных и тренировочных планов Владеть: способами корректировки планов учебной и тренировочной работы по результатам психологической диагностики
БК-2. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь, проводить работу по	БК-2.1 Выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов для профилактики травматизма БК-2.2. Анализирует причины возникновения	Знать: методы педагогической диагностики; основы проведения педагогических наблюдений, психолого-педагогической диагностики особенностей обучающихся; методы педагогического контроля и контроля взаимодействия в учебном и спортивном коллективе; способы

предотвращению применения допинга	травматизма и заболеваний при занятиях физической культурой и спортом, осуществляет профилактические мероприятия БК-2.3. Анализирует антидопинговое законодательство, знает основные группы допинговых веществ, физиологические и биомеханические механизмы воздействия допингов и опасность их применения для организма БК-2.4. Проводит разъяснительную работу по профилактике применения допинга в физкультурно-спортивной деятельности	взаимодействия педагога с обучающимися и субъектами учебно-воспитательного процесса; психолого-педагогические основы организации учебно-воспитательной и тренировочной работы, массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий; психолого-педагогические особенности профессионального общения; требования, предъявляемые к личности спортивного педагога, оказывающие влияние на эффективность взаимодействия участников деятельности в области ФКиС; Уметь: изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью с позиций достижений психолого-педагогической науки и передовой практики; использовать результаты педагогических наблюдений полученную информацию при построении и планировании занятий; использовать в профессиональной деятельности передовые приемы обучения и воспитания; Владеть: способами и методами создания благоприятного климата в коллективе учащихся; методами оценки и коррекции педагогической деятельности; методами психолого-педагогической диагностики; приемами формирования профессионального мастерства спортивного педагога;

3. Методические указания для обучающихся по освоению модуля

Модуль предполагает освоение естественно-научных основ физической культуры и спорта через последовательное углубление учебного материала, разработанного с учетом современных представлений о функционировании организма человека. При изучении модуля необходимо систематически работать с информацией, учитывая взаимосвязь научных дисциплин, рассматривающих строение и функции организма человека на различных уровнях его организации.

При работе на учебных занятиях необходимо вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их

применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, формирования собственного мнения о дискуссионных вопросах. При подготовке к практическим занятиям использовать основную рекомендованную литературу и дополнительные источники информации. Обращать особое внимание на сроки отчетности по оценочным средствам, своевременно проходить тестирование в соответствующих курсах, размещенных в электронной образовательной среде университета.

Необходимо обратить внимание, что при аттестации по модулю не предусматривается отдельной процедуры оценивания, оценка определяется по формуле с учетом оценкой, полученных студентом при освоении отдельных дисциплин.

4. Программы дисциплин модуля

4.1. Программа дисциплины «1»

Содержание

1. Наименование дисциплины « Общая психология »	11
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.	11
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы.	12
4. Виды учебной работы по дисциплине.	12
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам.	12
6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.	13
7. Методические рекомендации по видам занятий	16
8. Фонд оценочных средств	16
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	16
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	17
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	20
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	21
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	22
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	22
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	22
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	22
5.	

4.1. Программа дисциплины «1»

1. Наименование дисциплины: «Общая психология».

Цель дисциплины – формировать способность использовать психологические понятия и категории в профессиональной деятельности педагога в сфере адаптивной физической культуры.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста;	ОПК-1.1 Определяет цели и задачи занятий физической культурой с учетом пола и возраста занимающихся ОПК-1.2 Выбирает средства и методы решения задач физического воспитания, адекватные цели занятия, полу и возрасту занимающихся ОПК-1.3 Использует инструменты планирования занятий с учетом положений теории физической культуры и физиологической характеристики нагрузки	Знать: сущностные характеристики человека как индивида, личности и индивидуальности; основные индивидуально-психологические характеристики личности и их влияние на индивидуальный стиль деятельности и общения обучающихся; основные подходы к определению индивидуальных психических и психологических особенностей; основные подходы к измерению и оценке психического состояния занимающихся, особенности проявления в образовательной и двигательной деятельности психических процессов, сознания, когнитивных функций, типа темперамента, характера, потребностей и мотивации, основные средства и методы управления ими Уметь: выбирать соответствующие методы контроля и оценки психического состояния занимающихся в ходе педагогического процесса, выбирать средства и методы регуляции психического состояния занимающихся в процессе занятий физическими упражнениями Владеть: способами анализа результатов оценки психических процессов, индивидуальных психологических особенностей и психического состояния занимающихся в ходе педагогического процесса, способами планирования занятий физическими

		упражнениями с учетом психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста
ОПК-5 Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта	ОПК-5.1. Устанавливает конструктивные взаимоотношения и организует взаимодействие между участниками образовательного процесса, создает благоприятный климат в коллективе	Знать: психологические основы развития социально-значимых качеств, теоретические основы педагогики, современные средства, методы, технологии воспитательной деятельности, подходы к классификации образовательных результатов, ценностные ориентиры воспитательной деятельности в системе общего и дополнительного образования, диагностический инструментарий и средства воздействия на развитие у обучающихся социально-значимых личностных качеств Уметь: организовывать продуктивное общение с участниками образовательного процесса, направленное на воспитание социально-значимых личностных качеств, использовать диагностический инструментарий и отбирать современные технологии воздействия на личностное развитие обучающихся Владеть: способами психологической диагностики социально-значимых личностных качеств обучающихся, навыками проектирования воспитательных воздействий в рамках комплексных воспитательных программ в системе общего и дополнительного образования

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Общая психология» представляет собой дисциплину обязательной части блока дисциплин подготовки студентов.

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и практических занятиях (в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной

информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Психология как наука	История развития психологии, предмет и методы психологии, задачи. Понятие о психике.
2	Деятельность, сознание, психические процессы	Понятие о деятельности, сознании, психических процессах – сущность, виды.
3	Психология личности	Понятие о личности, темперамент, потребности, мотивация, эмоции, чувства.
4	Психология общения	Понятие о языке и речи, группах, взаимодействии внутри группы и между группами.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика учебных занятий *лекционного* типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Психология как наука	Краткая история развития психологических знаний. Предмет и задачи психологии. Место психологии в системе наук. Специфика общей психологии, ее задачи. Характеристика отраслей психологии. Методы психологии. Сущность психики. Функции психики. Особенности психического отражения.
2	Деятельность, сознание, психические процессы	Понятие о деятельности, ее виды, структура, характеристики, внутренние и внешние компоненты. Понятие о сознании, его структура. Ощущения. Чувствительность. Восприятие. Внимание, его виды и свойства. Память, виды памяти. Мышление, мыслительные операции. Воображение.
3	Психология личности	Понятие личности в психологии. Структура личности. Темперамент и его характеристика. Типы темперамента. Темперамент и индивидуальный стиль деятельности. Характер. Способности, виды способностей. Способности и

		задатки. Понятие воли. Специфика волевых действий. Структура волевого акта. Понятие потребностей в психологии. Группы потребностей человека. Мотив и мотивация. Мотивы и личность. Мотивация достижения. Эмоции и их специфика. Эмоциональные явления и их характеристика. Специфика чувств. Я-концепция, ее содержание и развитие.
4	Психология общения	Язык и речь. Функции языка и речи. Речевая деятельность человека. Общение, стороны общения и их характеристика. Функции общения. Виды и формы, уровни общения. Средства общения. Понятие групп. Виды групп и их специфика. Малая группа, ее характеристика. Развитие групп. Коллектив. Социально-психологический климат коллектива. Лидерство и руководство. Теории лидерства. Стили руководства.

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Психология как наука	Краткая история развития психологических знаний. Предмет и задачи психологии. Место психологии в системе наук. Специфика общей психологии, ее задачи. Характеристика отраслей психологии. Методы психологии. Сущность психики. Функции психики. Особенности психического отражения.
2	Деятельность, сознание, психические процессы	Понятие о деятельности, ее виды, структура, характеристики, внутренние и внешние компоненты. Понятие о сознании, его структура. Ощущения. Чувствительность. Восприятие. Внимание, его виды и свойства. Память, виды памяти. Мышление, мыслительные операции. Воображение.
3	Психология личности	Понятие личности в психологии. Структура личности. Темперамент и его характеристика. Типы темперамента. Темперамент и индивидуальный стиль деятельности. Характер. Способности, виды способностей. Способности и задатки. Понятие воли. Специфика волевых действий. Структура волевого акта. Понятие потребностей в

		психологии. Группы потребностей человека. Мотив и мотивация. Мотивы и личность. Мотивация достижения. Эмоции и их специфика. Эмоциональные явления и их характеристика. Специфика чувств. Я-концепция, ее содержание и развитие.
4	Психология общения	Язык и речь. Функции языка и речи. Речевая деятельность человека. Общение, стороны общения и их характеристика. Функции общения. Виды и формы, уровни общения. Средства общения. Понятие групп. Виды групп и их специфика. Малая группа, ее характеристика. Развитие групп. Коллектив. Социально-психологический климат коллектива. Лидерство и руководство. Теории лидерства. Стили руководства.

Тематика самостоятельной работы студентов

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Психология как наука	Краткая история развития психологических знаний. Предмет и задачи психологии. Место психологии в системе наук. Специфика общей психологии, ее задачи. Характеристика отраслей психологии. Методы психологии. Сущность психики. Функции психики. Особенности психического отражения.
2	Деятельность, сознание, психические процессы	Понятие о деятельности, ее виды, структура, характеристики, внутренние и внешние компоненты. Понятие о сознании, его структура. Ощущения. Чувствительность. Восприятие. Внимание, его виды и свойства. Память, виды памяти. Мышление, мыслительные операции. Воображение.
3	Психология личности	Понятие личности в психологии. Структура личности. Темперамент и его характеристика. Типы темперамента. Темперамент и индивидуальный стиль деятельности. Характер. Способности, виды способностей. Способности и задатки. Понятие воли. Специфика волевых действий. Структура волевого акта. Понятие потребностей в психологии. Группы потребностей человека. Мотив и мотивация. Мотивы и

		личность. Мотивация достижения. Эмоции и их специфика. Эмоциональные явления и их характеристика. Специфика чувств. Я-концепция, ее содержание и развитие.
4	Психология общения	Язык и речь. Функции языка и речи. Речевая деятельность человека. Общение, стороны общения и их характеристика. Функции общения. Виды и формы, уровни общения. Средства общения. Понятие групп. Виды групп и их специфика. Малая группа, ее характеристика. Развитие групп. Коллектив. Социально-психологический климат коллектива. Лидерство и руководство. Теории лидерства. Стили руководства.

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Психология как наука	ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-1.3 ОПК-5.1	ориентировочный этап – устный опрос, тестирование
Деятельность, сознание, психические процессы		деятельностный этап – контрольная работа
Психология личности		контрольно-корректировочный этап - доклад-презентация, зачет
Психология общения		

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля

- Устный опрос:

Устный опрос проводится на учебных занятиях практического типа согласно тематике лекционных, практических занятий и самостоятельной работы в соответствии с рейтинг-планом дисциплины и учебным расписанием.

Примерный перечень вопросов:

- Краткая история развития психологических знаний.
- Вклад выдающихся психологов развитие психологических знаний.
- Предмет и задачи психологии.
- Место психологии в системе наук.
- Специфика общей психологии, ее задачи.
- Характеристика отраслей психологии.
- Методы психологии.
- Сущность психики. Функции психики.
- Особенности психического отражения.
- Понятие о деятельности, ее виды.
- Структура и характеристики деятельности, ее внутренние и внешние компоненты.
- Понятие о сознании, его структура.
- Ощущения.
- Чувствительность.
- Восприятие.
- Внимание, его виды и свойства.
- Память, виды памяти.
- Способы улучшения памяти.
- Мышление, его суть и индивидуальные особенности.
- Основные мыслительные операции.
- Воображение.

- Понятие личности в психологии.
- Структура личности.
- Темперамент и его характеристика.
- Высшая нервная деятельность.
- Типы темперамента, основы для классификации.
- Общая характеристика холерического темперамента.
- Общая характеристика сангвинического темперамента.
- Общая характеристика флегматического темперамента.
- Общая характеристика меланхолического темперамента.
- Темперамент и индивидуальный стиль деятельности.
- Характер, его развитие.
- Способности, виды способностей.
- Способности и задатки.
- Понятие воли. Специфика волевых действий.
- Структура волевого акта.
- Понятие потребностей в психологии.
- Группы потребностей человека.
- Мотив и мотивация.
- Мотивы и личность.
- Мотивация достижения.
- Эмоции и их специфика.
- Эмоциональные явления и их характеристика.
- Специфика чувств.
- Я-концепция, ее содержание и развитие.
- Язык и речь.
- Функции языка и речи.
- Речевая деятельность человека.
- Общение, стороны общения и их характеристика.
- Функции общения.
- Виды и формы, уровни общения.
- Средства общения.
- Понятие групп.
- Виды групп и их специфика.
- Малая группа, ее характеристика.
- Развитие групп.
- Коллектив.
- Социально-психологический климат коллектива.
- Лидерство и руководство.
- Теории лидерства.
- Стили руководства.

- Тестирование

Тестирование проводится автоматизировано, с использованием электронной обучающей среды университета. Тестирование выполняется после завершения каждого раздела.

Примеры тестовых заданий:

- Психическое свойство личности отражающее такое проявление способностей, которое обуславливает успешность овладения каким-либо видом деятельности:
 - способности
 - задатки

- мыслительные операции
- эмоции
- Принцип, согласно которому в каждый данный момент превалирует та мотивация, в основе которой лежит наиболее важная на текущий момент потребность:
 - принцип доминанты
 - нейронный механизм
 - иррадиация возбуждения
 - принцип сегрегации

- Контрольная работа

Контрольная работа выполняется письменно (или в виде печатного текста). Студент описывает вклад одного из выдающихся психологов в развитие психологического знания: указать фамилию, годы жизни, основные факты биографии, научные идеи, сформулировать общие заслуги, описать развитие идей в современности.

- Доклад-презентация

Доклад выполняется с сопровождающей презентацией. Объем до пяти минут. Содержание должно соответствовать заявленной теме. В структуре следует отразить базовые понятия вопроса и практическое значение для работы преподавателя адаптивной физической культуры.

Примерные темы для докладов:

- Краткая история развития психологических знаний.
- Предмет и задачи психологии.
- Место психологии в системе наук.
- Специфика общей психологии, ее задачи.
- Характеристика отраслей психологии.
- Методы психологии.
- Сущность психики. Функции психики.
- Особенности психического отражения.
- Понятие о деятельности, ее виды.
- Структура и характеристики деятельности, ее внутренние и внешние компоненты.
- Понятие о сознании, его структура.
- Ощущения.
- Чувствительность.
- Восприятие.
- Внимание, его виды и свойства.
- Память, виды памяти.
- Способы улучшения памяти.
- Мышление, его суть и индивидуальные особенности.
- Основные мыслительные операции.
- Воображение.
- Понятие личности в психологии.
- Структура личности.
- Темперамент и его характеристика.
- Высшая нервная деятельность.
- Типы темперамента, основы для классификации.
- Общая характеристика холерического темперамента.
- Общая характеристика сангвинического темперамента.
- Общая характеристика флегматического темперамента.
- Общая характеристика меланхолического темперамента.
- Темперамент и индивидуальный стиль деятельности.

- Характер, его развитие.
- Способности, виды способностей.
- Способности и задатки.
- Понятие воли. Специфика волевых действий.
- Структура волевого акта.
- Понятие потребностей в психологии.
- Группы потребностей человека.
- Мотив и мотивация.
- Мотивы и личность.
- Мотивация достижения.
- Эмоции и их специфика.
- Эмоциональные явления и их характеристика.
- Специфика чувств.
- Я-концепция, ее содержание и развитие.
- Язык и речь.
- Функции языка и речи.
- Речевая деятельность человека.
- Общение, стороны общения и их характеристика.
- Функции общения.
- Виды и формы, уровни общения.
- Средства общения.
- Понятие групп.
- Виды групп и их специфика.
- Малая группа, ее характеристика.
- Развитие групп.
- Коллектив.
- Социально-психологический климат коллектива.
- Лидерство и руководство.
- Теории лидерства.
- Стили руководства.

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

Примерный перечень вопросов к зачету/экзамену:

1. Краткая история развития психологических знаний.
2. Предмет и задачи психологии.
3. Место психологии в системе наук.
4. Специфика общей психологии, ее задачи.
5. Характеристика отраслей психологии.
6. Методы психологии.
7. Сущность психики. Функции психики.
8. Особенности психического отражения.
9. Понятие о деятельности, ее виды.
10. Структура и характеристики деятельности, ее внутренние и внешние компоненты.
11. Понятие о сознании, его структура.
12. Ощущения.
13. Чувствительность.
14. Восприятие.
15. Внимание, его виды и свойства.
16. Память, виды памяти.

17. Способы улучшения памяти.
18. Мышление, его суть и индивидуальные особенности.
19. Основные мыслительные операции.
20. Воображение.
21. Понятие личности в психологии.
22. Структура личности.
23. Темперамент и его характеристика.
24. Высшая нервная деятельность.
25. Типы темперамента, основы для классификации.
26. Общая характеристика холерического темперамента.
27. Общая характеристика сангвинического темперамента.
28. Общая характеристика флегматического темперамента.
29. Общая характеристика меланхолического темперамента.
30. Темперамент и индивидуальный стиль деятельности.
31. Характер, его развитие.
32. Способности, виды способностей.
33. Способности и задатки.
34. Понятие воли. Специфика волевых действий.
35. Структура волевого акта.
36. Понятие потребностей в психологии.
37. Группы потребностей человека.
38. Мотив и мотивация.
39. Мотивы и личность.
40. Мотивация достижения.
41. Эмоции и их специфика.
42. Эмоциональные явления и их характеристика.
43. Специфика чувств.
44. Я-концепция, ее содержание и развитие.
45. Язык и речь.
46. Функции языка и речи.
47. Речевая деятельность человека.
48. Общение, стороны общения и их характеристика.
49. Функции общения.
50. Виды и формы, уровни общения.
51. Средства общения.
52. Понятие групп.
53. Виды групп и их специфика.
54. Малая группа, ее характеристика.
55. Развитие групп.
56. Коллектив.
57. Социально-психологический климат коллектива.
58. Лидерство и руководство.
59. Теории лидерства.
60. Стили руководства.

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)

Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степенью самостоятельности и инициативы	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо		71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно		55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Абрамова, Г. С. Общая психология [Электронный ресурс]: учебник для акад. бакалавриата/ Г. С. Абрамова. - 2-е изд., стереотип.. — Москва: «Инфра», 2022. — 496 с. — Имеются экземпляры в отделах : ЭБС «Znanium» (1)
2. Крысько, В. Г. Общая психология в схемах и таблицах [Электронный ресурс]: учебник для акад. бакалавриата/ В. Г. Крысько. — 8-е изд., испр. — Москва : Издательство «Инфра», 2022. — 196 с. — Имеются экземпляры в отделах ЭБС «Znanium» (1)

Дополнительная литература

3. Кузнецова, М. А. Психология общения : учебное пособие для СПО / М. А. Кузнецова. - Москва : РГУП, 2019. - 167 с. - ISBN 978-5-93916-811-3. Имеются экземпляры в отделах ЭБС «Znanium» (1)
4. Общая психология: хрестоматия [Электронный ресурс]: учебник для акад. бакалавриата/ Л.В. Бровина, Т.А. Сергеева. - 4-е изд., стереотип.. — Москва: «Флинта», 2020. — 238 с. — Имеются экземпляры в отделах : ЭБС «Znanium» (1)

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- НЭБ Национальная электронная библиотека, диссертации и прочие издания
- eLIBRARY.RU Научная электронная библиотека, книги, статьи, тезисы докладов конференций
- ЭБС ZNANIUM.COM
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов ПО, соответствующее стандартным учебным задачам.

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

Для проведения занятий лекционного типа, практических занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения практических занятий (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

4.2. Программа дисциплины «2»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Общая педагогика»	25
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.	25
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы.	25
4. Виды учебной работы по дисциплине.	25
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам.	26
6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.	26
7. Методические рекомендации по видам занятий	32
8. Фонд оценочных средств	32
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	32
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	33
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	35
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	36
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	37
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	37
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	38
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	38
4.	

4.3. Программа дисциплины «3»

1. Наименование дисциплины – «Общая педагогика»

Цель освоения дисциплины: формирование у бакалавров физической культуры общепрофессиональных компетенций, направленных на реализацию базовых функций воспитательной деятельности в системе спортивной подготовки

Задачи изучения дисциплины:

- обеспечение формирования знаний о средствах и методах воспитания, в том числе социально-значимых личностных качеств,
- освоение методологии и методов профилактики негативного поведения в процессе физического воспитания,
- формирование знаний, умений и навыков в диагностике мотивационно-ценностных ориентаций и осознанного отношения к образу жизни.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код и содержание формируемой компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ОПК-5 Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта	ОПК-5.1. Устанавливает конструктивные взаимоотношения и организует взаимодействие между участниками образовательного процесса, создает благоприятный климат в коллективе	Знать: теоретические основы педагогики, современные средства, методы, технологии воспитательной деятельности, подходы к классификации образовательных результатов, ценностные ориентиры воспитательной деятельности в системе общего и дополнительного образования, диагностический инструментарий и средства воздействия на развитие у обучающихся социально-значимых личностных качеств
		Уметь: использовать диагностический инструментарий и отбирать современные технологии воздействия на личностное развитие обучающихся
		Владеть: навыками проектирования воспитательных воздействий рамках комплексных воспитательных программ в системе общего и дополнительного образования
ОПК-7 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного, образовательного процессов и соревновательной деятельности, в том числе с	ОПК-7.1 Выявляет актуальные методы измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	Знать: возрастные особенности развития личности обучающихся, теоретические основы формирования ценностных установок личности в физкультурно-спортивной деятельности; способы взаимодействия педагога с различными субъектами образовательного процесса; психолого-педагогические основы организации учебно-воспитательной и тренировочной работы, массовых физкультурно-оздоровительных

использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся		мероприятий; факторы, определяющие профессиональное мастерство в избранном виде физкультурно-спортивной деятельности; психолого-педагогические особенности профессионального общения; основные требования, предъявляемые к личности спортивного педагога, основы формирования его профессионального мастерства; приемы общения учителя ФК с коллективом занимающихся, условия межличностного общения в коллективе и каждым индивидуумом; Уметь: классифицировать средства и методы воспитательной деятельности для решения задач спортивной подготовки, определять инструменты воздействия на развитие ценностных установок личности обучающихся, изучать с позиций достижений психолого-педагогической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью и использовать полученную информацию при построении и планировании занятий; использовать в профессиональной деятельности передовые приемы обучения и воспитания; критически оценивать и корректировать собственную профессиональную деятельность в зависимости от результатов контроля за деятельностью занимающихся; использовать методы педагогической и психологической диагностики, способами и методами создания благоприятного климата в коллективе учащихся; педагогическими технологиями и методами педагогического контроля, контроля качества обучения; методами оценки и коррекции педагогической деятельности; методами психолого-педагогической диагностики; Владеть: навыками отбора и применения воспитательных воздействий для формирования осознанного отношения обучающихся к физкультурно-спортивной деятельности

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы дисциплина относится к обязательной части программы ОПОП бакалавров 49.03.01.

4. Виды учебной работы по дисциплине

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические занятия.

На практических занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

4. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Наименование темы	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Общие основы педагогики	Общая характеристика педагогической профессии Теоретико-методологические основы педагогики
2	История педагогики и образования	Теоретико-методологические вопросы изучения истории педагогики и образования История зарубежной школы и педагогической мысли, История отечественной педагогики
3	Теории обучения и воспитания	Общие основы теории обучения (дидактики) Общие основы теории воспитания Современные теории и концепции обучения и воспитания

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика учебных занятий *лекционного* типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

№ п/п	Наименование темы	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Общие основы педагогики	Профессиональная деятельность и личность педагога. Профессиональная компетентность педагога. Подготовка и профессиональное становление личности педагога. Аксиологические основы педагогической профессии. Профессиональная этика (долг, совесть, справедливость, честь). Технология педагогического общения и установления педагогически целесообразных взаимоотношений. Педагогика как наука. Объект, предмет, функции, основные категории. Педагогика в системе наук о человеке. Методология и методы педагогических исследований Педагогический процесс как система и целостное явление, его закономерности, формы и методы организации. Формирование базовой культуры личности в целостном педагогическом процессе. Учебно-воспитательный коллектив как форма функционирования целостного педагогического процесса. Основы деятельностного подхода в образовании.
2	История педагогики и образования	История педагогики и образования как раздел общей педагогики. История педагогики и образования как область научного знания, её место в истории мировой культуры. Предмет исследования истории педагогики и образования как науки, цели и задачи. Причины и факторы возникновения образования как особой сферы деятельности человека. Зарождение воспитания и его развитие в условиях первобытного общества. Школа и воспитание в древнем мире и Античную эпоху. Воспитание, школа и педагогическая мысль в средние века и эпоху Возрождения. Школа и педагогика в Новое время. Школа и педагогика в Новейшее время. Периодизация истории отечественной педагогики. Церковный период истории русской педагогики (IX-XVII века). Государственный период истории русской педагогики (1700-1856 гг). Общественный период истории русской педагогики (1856-1917 гг). Советский этап развития отечественной педагогики. Реформирование советской системы образования. Реформы российского образования 1990-х годов. Общая характеристика развития образования в конце 20 века. Развитие образования в 21 веке. Управление образованием и его финансирование. Дифференциация обучения. Дистанционное обучение. Медиаобразование.
3	Теории обучения и воспитания	Дидактика как наука. История развития дидактической теории. Сущность образовательного процесса. Движущие силы процесса обучения. Учебная деятельность как часть процесса обучения. Образовательная, воспитательная и развивающая функции обучения. Теории содержания образования. Различные подходы к конструированию содержания образования. Документы,

		регламентирующие содержание современного образования. Формы, методы, средства организации процесса обучения. Сущность процесса воспитания. Воспитание как общественно-историческая категория. Содержание и приоритетные стратегии современного воспитания. Традиционные и инновационные теории воспитания. Методы, формы и средства организации воспитательного процесса в современных условиях. Возрастные особенности развития личности и воспитательных воздействий. Семья как субъект социализации и воспитания. Деятельность педагога по формированию детского коллектива. Современные методологические основы и концепции образования. Системный, личностный и деятельностный подходы. Культурологический подход в образовании. Сравнительный анализ авторитарной и гуманистической педагогики. Компетентностный подход в современном образовании. Современные модели организации обучения и воспитания. Типология и многообразие образовательных учреждений. Авторские школы. Современные образовательные технологии. Инновационные образовательные процессы.

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы занятия
1	Общие основы педагогики	Профессиональная деятельность и личность педагога. Профессиональная компетентность педагога. Подготовка и профессиональное становление личности педагога. Аксиологические основы педагогической профессии. Профессиональная этика (долг, совесть, справедливость, честь). Технология педагогического общения и установления педагогически целесообразных взаимоотношений. Педагогика как наука. Объект, предмет, функции, основные категории. Педагогика в системе наук о человеке. Методология и методы педагогических исследований Педагогический процесс как система и целостное явление, его закономерности, формы и методы организации. Формирование базовой культуры личности в целостном педагогическом процессе. Учебно-воспитательный коллектив как форма функционирования целостного педагогического процесса. Основы деятельностного подхода в образовании.
2	История педагогики и образования	История педагогики и образования как раздел общей педагогики. История педагогики и образования как область научного знания, её место

		в истории мировой культуры. Предмет исследования истории педагогики и образования как науки, цели и задачи. Причины и факторы возникновения образования как особой сферы деятельности человека. Зарождение воспитания и его развитие в условиях первобытного общества. Школа и воспитание в древнем мире и Античную эпоху. Воспитание, школа и педагогическая мысль в средние века и эпоху Возрождения. Школа и педагогика в Новое время. Школа и педагогика в Новейшее время. Периодизация истории отечественной педагогики. Церковный период истории русской педагогики (IX-XVII века). Государственный период истории русской педагогики (1700-1856 гг). Общественный период истории русской педагогики (1856-1917 гг). Советский этап развития отечественной педагогики. Реформирование советской системы образования. Реформы российского образования 1990-х годов. Общая характеристика развития образования в конце 20 века. Развитие образования в 21 веке. Управление образованием и его финансирование. Дифференциация обучения. Дистанционное обучение. Медиаобразование.
3	Теории обучения и воспитания	Дидактика как наука. История развития дидактической теории. Сущность образовательного процесса. Движущие силы процесса обучения. Учебная деятельность как часть процесса обучения. Образовательная, воспитательная и развивающая функции обучения. Теории содержания образования. Различные подходы к конструированию содержания образования. Документы, регламентирующие содержание современного образования. Формы, методы, средства организации процесса обучения. Сущность процесса воспитания. Воспитание как общественно-историческая категория. Содержание и приоритетные стратегии современного воспитания. Традиционные и инновационные теории воспитания. Методы, формы и средства организации воспитательного процесса в современных условиях. Возрастные особенности развития личности и воспитательных воздействий. Семья как субъект социализации и воспитания. Деятельность педагога по формированию детского коллектива. Современные методологические основы и концепции образования. Системный, личностный и деятельностный подходы. Культурологический подход в образовании. Сравнительный анализ авторитарной и гуманистической педагогики. Компетентностный подход в современном образовании. Современные модели организации

		обучения и воспитания. Типология и многообразие образовательных учреждений. Авторские школы. Современные образовательные технологии. Инновационные образовательные процессы.

Тематика самостоятельной работы

№ п/п	Наименование темы	Тематика самостоятельных работ
1	Общие основы педагогики	Профессиональная деятельность и личность педагога. Профессиональная компетентность педагога. Подготовка и профессиональное становление личности педагога. Аксиологические основы педагогической профессии. Профессиональная этика (долг, совесть, справедливость, честь). Технология педагогического общения и установления педагогически целесообразных взаимоотношений. Педагогика как наука. Объект, предмет, функции, основные категории. Педагогика в системе наук о человеке. Методология и методы педагогических исследований Педагогический процесс как система и целостное явление, его закономерности, формы и методы организации. Формирование базовой культуры личности в целостном педагогическом процессе. Учебно-воспитательный коллектив как форма функционирования целостного педагогического процесса. Основы деятельностного подхода в образовании.
2	История педагогики и образования	История педагогики и образования как раздел общей педагогики. История педагогики и образования как область научного знания, её место в истории мировой культуры. Предмет исследования истории педагогики и образования как науки, цели и задачи. Причины и факторы возникновения образования как особой сферы деятельности человека. Зарождение воспитания и его развитие в условиях первобытного общества. Школа и воспитание в древнем мире и Античную эпоху. Воспитание, школа и педагогическая мысль в средние века и эпоху Возрождения. Школа и педагогика в Новое время. Школа и педагогика в Новейшее время. Периодизация истории отечественной педагогики. Церковный период истории русской педагогики (IX-XVII века). Государственный период истории русской педагогики (1700-1856 гг). Общественный период истории русской педагогики (1856-1917 гг). Советский этап развития отечественной педагогики. Реформирование советской системы

		образования. Реформы российского образования 1990-х годов. Общая характеристика развития образования в конце 20 века. Развитие образования в 21 веке. Управление образованием и его финансирование. Дифференциация обучения. Дистанционное обучение. Медиаобразование.
3	Теории обучения и воспитания	Дидактика как наука. История развития дидактической теории. Сущность образовательного процесса. Движущие силы процесса обучения. Учебная деятельность как часть процесса обучения. Образовательная, воспитательная и развивающая функции обучения. Теории содержания образования. Различные подходы к конструированию содержания образования. Документы, регламентирующие содержание современного образования. Формы, методы, средства организации процесса обучения. Сущность процесса воспитания. Воспитание как общественно-историческая категория. Содержание и приоритетные стратегии современного воспитания. Традиционные и инновационные теории воспитания. Методы, формы и средства организации воспитательного процесса в современных условиях. Возрастные особенности развития личности и воспитательных воздействий. Семья как субъект социализации и воспитания. Деятельность педагога по формированию детского коллектива. Современные методологические основы и концепции образования. Системный, личностный и деятельностный подходы. Культурологический подход в образовании. Сравнительный анализ авторитарной и гуманистической педагогики. Компетентностный подход в современном образовании. Современные модели организации обучения и воспитания. Типология и многообразие образовательных учреждений. Авторские школы. Современные образовательные технологии. Инновационные образовательные процессы.

7. Методические рекомендации по видам занятий

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал

прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

В ходе самостоятельной работы выполняется подготовка к учебной конференции и выполняются самостоятельные практические работы.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Общие основы педагогики	ОПК-5 ОПК-7	Ориентировочный (начальный) – устный опрос, тестирование Деятельностный – контрольная работа, реферат Контрольный – устный экзамен
История педагогики и образования		
Теории обучения и воспитания		

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля

Тестирование – проводится в электронно-информационной среде БФУ им.И.Канта. Примеры тестовых заданий:

Метод педагогического исследования, позволяющий проверить эффективность выбранной технологии или методики:

- психолого-педагогическое наблюдение
- педагогический эксперимент
- анкетирование
- математическая статистика

В каком возрасте происходит переход от наглядно-образного и словесного мышления к логическому в сочетании с развитием волевой регуляции деятельности личности, произвольного поведения и рефлексии?

- 3-6 лет
- 6-11 лет
- 11-14 лет
- 14-18 лет

Устный опрос – проводится на семинарских занятиях, студенты готовят короткий ответ, содержащий основные понятия рассматриваемого вопроса и аргументируют собственное отношение. Примерный перечень вопросов:

1. Профессиональная деятельность и личность педагога.
2. Профессиональная компетентность педагога.
3. Подготовка и профессиональное становление личности педагога.
4. Аксиологические основы педагогической профессии.
5. Профессиональная этика (долг, совесть, справедливость, честь).
6. Технология педагогического общения и установления педагогически целесообразных взаимоотношений.
7. Педагогика как наука. Объект, предмет, функции, основные категории.
8. Педагогика в системе наук о человеке.
9. Методология и методы педагогических исследований.
10. Педагогический процесс как система и целостное явление, его закономерности, формы и методы организации.
11. Формирование базовой культуры личности в целостном педагогическом процессе.
12. Учебно-воспитательный коллектив как форма функционирования целостного педагогического процесса.
13. Основы деятельностного подхода в образовании.
14. История педагогики и образования как раздел общей педагогики.
15. История педагогики и образования как область научного знания, её место в истории мировой культуры.
16. Предмет исследования истории педагогики и образования как науки, цели и задачи.
17. Причины и факторы возникновения образования как особой сферы деятельности человека.
18. Зарождение воспитания и его развитие в условиях первобытного общества.
19. Школа и воспитание в древнем мире и Античную эпоху.
20. Воспитание, школа и педагогическая мысль в средние века и эпоху Возрождения.
21. Школа и педагогика в Новое время.
22. Школа и педагогика в Новейшее время.
23. Периодизация истории отечественной педагогики.
24. Церковный период истории русской педагогики (IX-XVII века).
25. Государственный период истории русской педагогики (1700-1856 гг.).
26. Общественный период истории русской педагогики (1856-1917 гг.).
27. Советский этап развития отечественной педагогики.
28. Реформирование советской системы образования.
29. Реформы российского образования 1990-х годов.
30. Общая характеристика развития образования в конце 20 века.
31. Развитие образования в 21 веке.
32. Управление образованием и его финансирование.
33. Дифференциация обучения.
34. Дистанционное обучение.
35. Медиаобразование.
36. Дидактика как наука.
37. История развития дидактической теории.

38. Сущность образовательного процесса.
39. Движущие силы процесса обучения.
40. Учебная деятельность как часть процесса обучения.
41. Образовательная, воспитательная и развивающая функции обучения.
42. Теории содержания образования.
43. Различные подходы к конструированию содержания образования.
44. Документы, регламентирующие содержание современного образования.
45. Формы, методы, средства организации процесса обучения.
46. Сущность процесса воспитания.
47. Воспитание как общественно-историческая категория.
48. Содержание и приоритетные стратегии современного воспитания.
49. Традиционные и инновационные теории воспитания.
50. Методы, формы и средства организации воспитательного процесса в современных условиях.
51. Возрастные особенности развития личности и воспитательных воздействий.
52. Семья как субъект социализации и воспитания.
53. Деятельность педагога по формированию детского коллектива.
54. Современные методологические основы и концепции образования.
55. Системный, личностный и деятельностный подходы.
56. Культурологический подход в образовании.
57. Сравнительный анализ авторитарной и гуманистической педагогики.
58. Компетентностный подход в современном образовании.
59. Современные модели организации обучения и воспитания.
60. Типология и многообразие образовательных учреждений.
61. Авторские школы.
62. Современные образовательные технологии.
63. Инновационные образовательные процессы.

Контрольная работа – студент готовит письменное представление деятельности одного из выдающихся педагогов прошлого и настоящего. (Сократ, Я.А. Каменский, Дж. Локк, Ж.Ж. Руссо, И.Г. Песталоцци, К.Д. Ушинский, Ш.А. Амонашвили, А.С. Макаренко, В.А. Сухомлинский, Л.Н. Толстой, М. Монтессори, А. Дистерверг). Необходимо указать ФИО педагога, годы жизни, педагогические идеи, основные труды (работы).

Реферат – реферат выполняется по стандартным требованиям, включает титульный лист, содержание, введение, основную часть, структурированную по разделам, заключение и список использованной литературы. Примерный перечень тем для рефератов:

1. Педагогика как наука. Предмет, задачи и этапы развития.
2. Образование как социальный феномен.
3. Общественная функция воспитания.
4. Основные категории педагогики.
5. Выдающихся педагог прошлого.
6. Система педагогических наук, их взаимосвязь.
7. Цели и содержание образования.
8. Закономерности и принципы целостного педагогического процесса.
9. Функции образования: обучающая, воспитательная и развивающая.
10. Стандарты общего образования в РФ, их характеристика.
11. Система образования РФ.
12. Закономерности и принципы обучения.
13. Сущность процесса обучения, его задачи и структура.
14. Формы организации обучения и их развитие в дидактике.
15. Индивидуальная, групповая и коллективная формы обучения.
16. Методы обучения, их классификация и характеристика.

17. Особенности воспитания в раннем детстве.
18. Особенности воспитания в дошкольном возрасте.
19. Особенности воспитательной деятельности в начальной школе.
20. Особенности воспитательной деятельности с подростками.
21. Воспитательная деятельность в старших классах.

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

1. Профессиональная деятельность и личность педагога.
2. Профессиональная компетентность педагога.
3. Подготовка и профессиональное становление личности педагога.
4. Аксиологические основы педагогической профессии.
5. Профессиональная этика (долг, совесть, справедливость, честь).
6. Технология педагогического общения и установления педагогически целесообразных взаимоотношений.
7. Педагогика как наука. Объект, предмет, функции, основные категории.
8. Педагогика в системе наук о человеке.
9. Методология и методы педагогических исследований.
10. Педагогический процесс как система и целостное явление, его закономерности, формы и методы организации.
11. Формирование базовой культуры личности в целостном педагогическом процессе.
12. Учебно-воспитательный коллектив как форма функционирования целостного педагогического процесса.
13. Основы деятельностного подхода в образовании.
14. История педагогики и образования как раздел общей педагогики.
15. История педагогики и образования как область научного знания, её место в истории мировой культуры.
16. Предмет исследования истории педагогики и образования как науки, цели и задачи.
17. Причины и факторы возникновения образования как особой сферы деятельности человека.
18. Зарождение воспитания и его развитие в условиях первобытного общества.
19. Школа и воспитание в древнем мире и Античную эпоху.
20. Воспитание, школа и педагогическая мысль в средние века и эпоху Возрождения.
21. Школа и педагогика в Новое время.
22. Школа и педагогика в Новейшее время.
23. Периодизация истории отечественной педагогики.
24. Церковный период истории русской педагогики (IX-XVII века).
25. Государственный период истории русской педагогики (1700-1856 гг.).
26. Общественный период истории русской педагогики (1856-1917 гг.).
27. Советский этап развития отечественной педагогики.
28. Реформирование советской системы образования.
29. Реформы российского образования 1990-х годов.
30. Общая характеристика развития образования в конце 20 века.
31. Развитие образования в 21 веке.
32. Управление образованием и его финансирование.
33. Дифференциация обучения.
34. Дистанционное обучение.
35. Медиаобразование.
36. Дидактика как наука.
37. История развития дидактической теории.
38. Сущность образовательного процесса.

39. Движущие силы процесса обучения.
40. Учебная деятельность как часть процесса обучения.
41. Образовательная, воспитательная и развивающая функции обучения.
42. Теории содержания образования.
43. Различные подходы к конструированию содержания образования.
44. Документы, регламентирующие содержание современного образования.
45. Формы, методы, средства организации процесса обучения.
46. Сущность процесса воспитания.
47. Воспитание как общественно-историческая категория.
48. Содержание и приоритетные стратегии современного воспитания.
49. Традиционные и инновационные теории воспитания.
50. Методы, формы и средства организации воспитательного процесса в современных условиях.
51. Возрастные особенности развития личности и воспитательных воздействий.
52. Семья как субъект социализации и воспитания.
53. Деятельность педагога по формированию детского коллектива.
54. Современные методологические основы и концепции образования.
55. Системный, личностный и деятельностный подходы.
56. Культурологический подход в образовании.
57. Сравнительный анализ авторитарной и гуманистической педагогики.
58. Компетентностный подход в современном образовании.
59. Современные модели организации обучения и воспитания.
60. Типология и многообразие образовательных учреждений.
61. Авторские школы.
62. Современные образовательные технологии.
63. Инновационные образовательные процессы.

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степенью самостоятельности и инициативы	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо		71-85

Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно		55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков	удовлетворительного уровня	неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Капранова, В.А. История педагогики в лицах: учебное пособие для бакалавриата/ В.А. Капранова. –Москва: «НИЦ ИНФРА-М», 2019. – 176 с. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Педагогика: учебник / В. Г. Рындак, А. М. Аллагулов, Т. В. Челпаченко [и др.]; под общ. ред. В. Г. Рындак. - Москва : ИНФРА-М, 2023. - 1 on-line, 427 с. - (Высшее образование - бакалавриат). - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
3. Шайденко Н. А. Теория обучения [Электронный учебник]: учеб. пособие / Н. А. Шайденко, С. Н. Кипурова. - ИНФРА-М, 2022. - 1 on-line, 195 с. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

Дополнительная литература

1. Кудряшева Л. А. Педагогика и психология [Текст]: учебное пособие / Л. А. Кудряшева, 2022. - 1 on-line, 160 с. Имеются экземпляры в отделах: МБ (1)
2. Жуков, Г. Н. Общая и профессиональная педагогика : учебник / Г.Н. Жуков, П.Г. Матросов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : ИНФРА-М, 2024. — 425 с. + Доп. материалы [Электронный ресурс]. — (Среднее профессиональное образование). — DOI 10.12737/24190. - ISBN 978-5-16-012546-6. - Текст : электронный. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.

НЭБ Национальная электронная библиотека (диссертации и прочие издания)
eLIBRARY.RU Научная электронная библиотека (книги, статьи, тезисы докладов конференций)

ЭБС ZNANIUM.COM

Электронная библиотечная система Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту (Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма lib.sportedu.ru)

Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационная образовательная среда БФУ им. И. Канта, обеспечивающая разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;

- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов ПО, соответствующее решению стандартных учебных задач.

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

Для проведения занятий лекционного типа, практических занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения практических занятий (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

4.3. Программа дисциплины «3»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Психология физической культуры»	40
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.	40
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы.	41
4. Виды учебной работы по дисциплине.	41
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам.	41
6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.	45
7. Методические рекомендации по видам занятий	46
8. Фонд оценочных средств	47
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	47
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	48
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	50
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	50
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	51
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	51
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	52
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	52
4.	

Программа дисциплины «4»

1. Наименование дисциплины: «Психология физической культуры».

Цель освоения дисциплины: подготовка студентов к решению профессиональных задач, связанных с психологическим обеспечением развития и функционирования психических явлений, состояний и качеств у учащихся образовательных учреждений и воспитанников спортивных организаций

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код и содержание компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста;	ОПК-1.1 Определяет цели и задачи занятий физической культурой с учетом пола и возраста занимающихся. ОПК-1.2 Выбирает средства и методы решения задач физического воспитания, адекватные цели занятия, полу и возрасту занимающихся.	Знать: психологические особенности занимающихся разного пола и возраста, цели и задачи психологических средств в системе спортивной подготовки для людей разного пола и возраста Уметь: выбирать средства и методы решения задач по развитию и коррекции психических свойств и состояний в ходе физкультурно-спортивной деятельности в зависимости от пола и возраста занимающихся Владеть: способами выбора целей и задач деятельности тренера по обеспечению психического развития занимающихся
ОПК-2 Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	ОПК-2.1 Определяет наиболее значимые антрометрические, физиологические и психологические особенности, обеспечивающие успех соревновательной деятельности в избранном виде спорта. ОПК-2.2 Выявляет информативные средства и методы оценки задатков ребенка для занятий избранным видом спорта. ОПК-2.3 Выбирает эффективные технологии	Знать: психологические особенности, обеспечивающие успех соревновательной деятельности в избранном виде спорта, средства психологической диагностики в системе спортивного отбора, ориентации и спортивной подготовке Уметь: определять психологические особенности личности, сопоставлять с требованиями соревновательной деятельности в избранном виде спорта Владеть: способами прогнозирования достижения успеха в занятии спортом в зависимости от результатов психологической диагностики

	спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта	

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «**Психология физической культуры**» представляет собой дисциплину обязательной части подготовки бакалавров физической культуры.

4. Виды учебной работы по дисциплине

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и практических занятиях (в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Психология физической культуры и спорта: основные понятия, предмет, задачи, принципы.	История психологии спорта. Понятие о предмете психологии физической культуры (ПФК). Основные понятия ПФК. Психические явления. Мозг и психика. Законы высшей нервной деятельности.
2	Психологические аспекты обучения двигательному действию	Сенсорно-перцептивные процессы. Роль ощущений, восприятий и представлений в обучении двигательным действиям. Психологическая характеристика этапов обучения и совершенствования двигательных действий. Двигательные умения и навыки. Теория Н.А.Бернштейна об управлении движениями.
3	Психологические аспекты обучения, воспитания и спортивного совершенствования с учетом функциональной асимметрии	Психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте. Функциональная асимметрия мозга. Психическая, моторная и сенсорная асимметрии. Возрастные и половые особенности функциональной асимметрии полушарий. Обучение на основе учета функциональной асимметрии. Нейрологические и поведенческие индикаторы учащихся и учителей.
4	Развитие психомоторных и познавательных способностей в процессе физического воспитания	Психомоторика человека – роль в спорте. Двигательные реакции, тремор. Особенности диагностики. Познавательные процессы: внимание, память, мышление, воображение и их значение в физкультурной и спортивной деятельности. Бланковые методики оценки.
5	Формирование	Мотивационная сфера. Потребности. Мотивация и

	мотивационной сферы в процессе физического воспитания	деятельность (мотивы достижения успеха и избегания неудачи). Мотивация и личность (мотивы аффилиации, отвергания, власти, альтруизма, агрессивности). Мотивы спортивной деятельности.
6	Проявление и формирование эмоциональной сферы в процессе физического воспитания	Эмоциональная сфера. Сигнальная и регулирующие функции эмоций в физической культуре. Значение эмоций для тренера и спортсмена. Фундаментальные эмоции. Настроения, аффекты, чувства.
7	Формирование волевой сферы в процессе физического воспитания	Воля. Особенности волевой деятельности. Звенья и структура волевого акта. Физиологические основы волевых действий. Волевые качества. Методика волевой подготовки.
8	Влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды), методы его изучения и коррекции	Современные теории личности. Психологические особенности личности. Ведущие психологические черты личности спортсменов. Индивидуализм и коллективизм. Организованные и неорганизованные группы. Классификация тренеров. Символические роли тренера в команде. Стили руководства командой. Руководство командой противоположного пола. Конфликты в команде и пути их разрешения. Лидеры в команде. Капитан. Измерение отношений в группе.
9	Система звеньев психологической подготовки к соревнованию. Психорегуляция.	Система звеньев психологической подготовки к соревнованию. Предстартовые психические состояния. Психологическая характеристика состояний «мертвой точки» и «второго дыхания», послесоревновательные психические состояния. Система методов регуляции психических состояний. Аутогенная тренировка. Ментальный тренинг. Психофизическая тренировка. Психорегулирующая тренировка. Идеомоторная тренировка.
10	Спортивная психодиагностика и психология спортивного отбора	Методы психодиагностики в физической культуре и спорте. Аппаратурные методы исследования психических процессов. Бланковые методики. Проективные методики изучения личности. Психологическое консультирование и отбор в спорте.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика лекционных занятий:

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Психология физической культуры и спорта: основные понятия, предмет, задачи, принципы.	История психологии спорта. Понятие о предмете психологии физической культуры (ПФК). Основные понятия ПФК. Психические явления. Мозг и психика. Законы высшей нервной деятельности.
2	Психологические аспекты обучения двигательному действию	Сенсорно-перцептивные процессы. Роль ощущений, восприятий и представлений в обучении двигательным действиям. Психологическая характеристика этапов обучения и совершенствования двигательных действий. Двигательные

		умения и навыки. Теория Н.А.Бернштейна об управлении движениями.
3	Психологические аспекты обучения, воспитания и спортивного совершенствования с учетом функциональной асимметрии	Психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте. Функциональная асимметрия мозга. Психическая, моторная и сенсорная асимметрии. Возрастные и половые особенности функциональной асимметрии полушарий. Обучение на основе учета функциональной асимметрии. Нейрологические и поведенческие индикаторы учащихся и учителей.
4	Развитие психомоторных и познавательных способностей в процессе физического воспитания	Психомоторика человека – роль в спорте. Двигательные реакции, тремор. Особенности диагностики. Познавательные процессы: внимание, память, мышление, воображение и их значение в физкультурной и спортивной деятельности. Бланковые методики оценки.
5	Формирование мотивационной сферы в процессе физического воспитания	Мотивационная сфера. Потребности. Мотивация и деятельность (мотивы достижения успеха и избегания неудачи). Мотивация и личность (мотивы аффилиации, отвергания, власти, альтруизма, агрессивности). Мотивы спортивной деятельности.
6	Проявление и формирование эмоциональной сферы в процессе физического воспитания	Эмоциональная сфера. Сигнальная и регулирующие функции эмоций в физической культуре. Значение эмоций для тренера и спортсмена. Фундаментальные эмоции. Настроения, аффекты, чувства.
7	Формирование волевой сферы в процессе физического воспитания	Воля. Особенности волевой деятельности. Звенья и структура волевого акта. Физиологические основы волевых действий. Волевые качества. Методика волевой подготовки.
8	Влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды), методы его изучения и коррекции	Современные теории личности. Психологические особенности личности. Ведущие психологические черты личности спортсменов. Индивидуализм и коллективизм. Организованные и неорганизованные группы. Классификация тренеров. Символические роли тренера в команде. Стили руководства командой. Руководство командой противоположного пола. Конфликты в команде и пути их разрешения. Лидеры в команде. Капитан. Измерение отношений в группе.
9	Система звеньев психологической подготовки к соревнованию. Психорегуляция.	Система звеньев психологической подготовки к соревнованию. Предстартовые психические состояния. Психологическая характеристика состояний «мертвой точки» и «второго дыхания», послесоревновательные психические состояния. Система методов регуляции психических состояний. Аутогенная тренировка. Ментальный тренинг. Психофизическая тренировка. Психорегулирующая тренировка. Идеомоторная тренировка.
10	Спортивная психодиагностика и психология спортивного отбора	Методы психодиагностики в физической культуре и спорте. Аппаратурные методы исследования психических процессов. Бланковые методики. Проективные методики изучения личности. Психологическое консультирование и отбор в спорте.

Примерная тематика практических занятий:

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Содержание темы занятия
1	Проявление законов высшей нервной деятельности в спорте.	Иррадиация, индукция процессов возбуждения и торможения. Динамический стереотип, доминанта. Решение ситуационных задач.
2	Психологическая характеристика избранного вида спорта.	Психологическая характеристика спортсмена. Психологическая характеристика деятельности.
3	Психологические основы обучения и воспитания в физической культуре.	Исследование силовых ощущений, восприятия коротких промежутков времени, точности движений.
4	Психомоторные процессы и их роль в физической культуре.	Простые двигательные реакции. Сложные двигательные реакции. Частота движений. Роль анализаторных систем в поддержании статического и динамического равновесия.
5	Психофизиологические основы обучения и тренировки с учетом функциональной асимметрии.	Психическая асимметрия. Моторная асимметрия. Сенсорная асимметрия.
6	Психические процессы и их роль в физической культуре	Бланковые методики исследования психических процессов: методика «Кольца Ландольта» для определения свойств внимания, методика «Компасы» («Часы») для оценки процессов восприятия пространственных признаков. Тестирование кратковременной памяти на числа и слова.
7	Психология личности тренера и спортсмена.	16 факторный личностный опросник Кэттелла. Тест Равена.
8	Измерение отношений в группе.	Социометрический опрос. Построение социоматрицы.
9	Система звеньев психологической подготовки к соревнованию	Предстартовые и послестартовые психические состояния. Способы регуляции психических состояний. Аутогенная тренировка.

Рекомендуемая тематика самостоятельной работы:

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Тематика самостоятельных работ
1	Психология физической культуры и спорта: основные понятия, предмет, задачи, принципы.	1. Иррадиация, индукция процессов возбуждения и торможения 2. Динамический стереотип, доминанта, безусловные рефлексy. 3. Решение ситуационных задач.

2	Психологические аспекты обучения двигательному действию	Психологическая характеристика этапов обучения двигательному действию
3	Психологические аспекты обучения, воспитания и спортивного совершенствования с учетом функциоанльной асимметрии	1. Функции правого и левого полушарий. 2. Методики определения психической асимметрии. 3. Способы измерения моторной и сенсорной асимметрий.
4	Развитие психомоторных и познавательных способностей в процессе физического воспитания	1. Роль внимания, памяти и мышления в тактической, технической и физической подготовке 2. Бланковые методики исследования психических процессов.
5	Формирование мотивационной сферы в процессе физического воспитания	1. Мотивы, потребности, цели спортивной деятельности 2. Мотивы выбора детьми вида спорта.
6	Проявление и формирование эмоциональной сферы в процессе физического воспитания	1. Настроения, аффекты, чувства. 2. Признаки эмоций проявляющиеся в движениях. 3. Фундпментальные эмоции и их видимые признаки.
7	Формирование волевой сферы в процессе физического воспитания	1. Модель волевой подготовленности в избранном виде спорта 2. Средства и методы развития волевых качеств
8	Влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды), методы его изучения и коррекции	1. Характеристика и способы разрешения конфликтов между тренером и спортсменом, между спортсменами. 2. Социометрическое исследования в группе.
9	Система звеньев психологической подготовки к соревнованию. Психорегуляция.	1. Хараткеристика трудностей с которыми сталкиваются спортсмены до, во время и после соревнований в вашем виде спорта 2. Звенья психологической подготовки к ответственным соревнованиям. 3. Комплексы психорегулирующей тренировки. 4. Аутогенная тренировка. 5. Ментальный тренинг.
10	Спортивная психодиагностика и психология спортивного отбора	1. Стабилометрия. 2. Рефлексометрия. 3. Кинестезиометрия.

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

При освоении дисциплины обучающимся рекомендуется:

- ознакомиться с разделом «Психологическая подготовка» программ для детско-юношеских спортивных школ по избранному виду спорта;
- собрать на бумажных или электронных носителях бланковые методики и опросники для диагностики уровня развития личностных качеств занимающихся физической культурой и спортом;
- собрать на электронных носителях описание наиболее востребованных в современном спорте методик регуляции психических состояний;
- ознакомиться с разделом «Психологическая подготовка» учебника по избранному виду спорта.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
1. Психология физической культуры и спорта: основные понятия, предмет, задачи, принципы.	ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-1.3	Тестирование, контрольная работа, проект
2. Психологические аспекты обучения двигательному действию	ОПК-2.1 ОПК-2.2 ОПК-2.3	Тестирование, контрольная работа, проект
3. Психологические аспекты обучения, воспитания и спортивного		Тестирование, контрольная работа, проект

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контроли- руемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
совершенствования с учетом функциональной асимметрии		
4. Развитие психомоторных и познавательных способностей в процессе физического воспитания		Тестирование, контрольная работа, проект
5. Формирование мотивационной сферы в процессе физического воспитания		Тестирование, контрольная работа, проект
6. Проявление и формирование эмоциональной сферы в процессе физического воспитания		Тестирование, контрольная работа, проект
7. Формирование волевой сферы в процессе физического воспитания		Тестирование, контрольная работа, проект
8. Влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды), методы его изучения и коррекции		Тестирование, контрольная работа, проект
9. Система звеньев психологической подготовки к соревнованию. Психорегуляция		Тестирование, контрольная работа, проект
10. Спортивная психодиагностика и психология спортивного отбора		Тестирование, контрольная работа, проект

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

• **Тестирование**

Тестирование выполняется в электронно-информационной среде БФУ им.И.Канта.

Примеры тестовых заданий:

В каком отделе головного мозга сосредоточены двигательные центры, управляющие разнообразными движениями?

- = Промежуточный мозг
- ~ Мозжечок
- ~ Продолговатый мозг
- ~ Средний мозг
- ~ Кора больших полушарий

Начинающий обучаться плаванию с трудом изменяет положение головы «теменем кверху» на какое-либо иное (лицом вверх при плавании на спине, лицом вниз при плавании на груди), у него часто возникает чувство страха перед погружением головы в воду. Почему?

- = Происходит внутреннее торможение
- ~ Происходит безусловное торможение
- ~ Происходит внешнее торможение

Почему футбольный или хоккейный болельщик, слушая по радио репортаж, так же переживает ход матча, как и зритель на стадионе?

- = Происходит включение нервных центров через вторую сигнальную систему
- ~ Происходит включение нервных центров через первую сигнальную систему
- ~ Происходит выключение нервных центров через первую сигнальную систему
- ~ Нарушается динамический стереотип

• ***Проект «Система звеньев подготовки к соревнованиям в избранном виде спорта»***

Проект представляет собой вариант планирования раздела психологической подготовки спортсменов к соревнованиям в избранном виде спорта и предусматривает выделение восьми звеньев и наполнение их конкретным содержанием. В проекте должны быть предусмотрены временные рамки каждого звена, описание конкретных средств и мероприятий по обеспечению психологической подготовки спортсмена. Проект сдается в виде текстового документа, оформленным в соответствии с требованиями нормоконтроля, предъявляемых службой по качеству. Оценка выставляется по результатам представления проекта в аудиторных условиях. Ниже приведен перечень элементов проекта, по которым выставляется оценка в баллах (от нуля до трех: 0 - отсутствие, 1 - наличие не соответствующего элемента, 2 - частичная применимость и в целом соответствие дидактическим принципам, 3 - элемент может быть использован в практике без существенной доработки (например, когда достаточно только редактирования формулировок)). Далее баллы по каждому элементу суммируются, и оценка выставляется по итоговой шкале.

Перечень элементов проекта:

- обоснованность выбора средств психологической подготовки в каждом звене системы
- соответствие предлагаемых способов регуляции неблагоприятных психических состояний возрастным особенностям спортсмена и особенностям вида спорта
- наличие примера словесных формул регуляции психических состояний
- наличие комплексов разминки для регуляции неблагоприятных предстартовых состояний в избранном виде спорта
- положительная (обоснованная) внешняя рецензия
- рецензирование проекта другого студента
- оформление проекта в соответствии требованиями нормоконтроля

Итоговая шкала: удовлетворительно – 10 -12 баллов, хорошо - 13-17 баллов, отлично - 18-21 баллов

• ***Проект «Тестирование психических свойств и психомоторных процессов в избранном виде спорта»***

Проект представляет собой вариант технологической карты, позволяющей составить представление о состоянии психических свойств и психомоторики спортсмена. Проект

сдается в виде текстового документа, оформленным в соответствии с требованиями нормоконтроля, предъявляемых службой по качеству. Оценка выставляется по результатам представления проекта в аудиторных условиях. Ниже приведен перечень элементов проекта, по которым выставляется оценка в баллах (от нуля до трех: 0 - отсутствие, 1 - наличие не соответствующего элемента, 2 - частичная применимость и в целом соответствие дидактическим принципам, 3 - элемент может быть использован в практике без существенной доработки (например, когда достаточно только редактирования формулировок)). Далее баллы по каждому элементу суммируются, и оценка выставляется по итоговой шкале.

Элементы проекта:

1. обоснованность выбора методик психологического тестирования
2. наличие перечня спортивно-важных психологических качеств спортсмена в избранном виде спорта
3. нормирование результатов тестирования спортивно-важных психологических качеств спортсмена в избранном виде спорта в зависимости от его квалификации
4. положительная (обоснованная) внешняя рецензия
5. рецензирование проекта другого студента
6. оформление проекта в соответствии с требованиями нормоконтроля

Итоговая шкала: удовлетворительно - 10-12 баллов, хорошо - 13-15 баллов, отлично - 16-18 баллов.

• ***Проект «Методика регуляции неблагоприятных предстартовых психических состояний в избранном виде спорта»***

Проект представляет собой план-конспект занятий по освоению одной из методик регуляции психических состояний (аутогенной тренировки, ментального тренинга, психорегулирующей тренировки и т.п.). Проект сдается в виде текстового документа, оформленным в соответствии с требованиями нормоконтроля, предъявляемых службой по качеству. Оценка выставляется по результатам представления проекта в аудиторных условиях. Ниже приведен перечень элементов проекта, по которым выставляется оценка в баллах (от нуля до трех: 0 - отсутствие, 1 - наличие не соответствующего элемента, 2 - частичная применимость и в целом соответствие дидактическим принципам, 3 - элемент может быть использован в практике без существенной доработки (например, когда достаточно только редактирования формулировок)). Далее баллы по каждому элементу суммируются, и оценка выставляется по итоговой шкале.

Перечень элементов проекта:

1. самостоятельность выбора методики психорегулирующей методики
2. соответствие выбранной методики возрастным особенностям занимающихся
3. полнота описания методики и корректное распределение материала по занятиям
4. методическое сопровождение (инструкции, музыкальное сопровождение, организация среды)
5. положительная (обоснованная) внешняя рецензия
6. рецензирование проекта другого студента
7. оформление проекта в соответствии с требованиями нормоконтроля

Итоговая шкала: удовлетворительно – 10 -12 баллов, хорошо - 13-17 баллов, отлично - 18-21 баллов

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

Примерный перечень вопросов для промежуточной аттестации:

1. Психология физической культуры и спорта: основные понятия, предмет, задачи, принципы.
2. Психологические аспекты обучения двигательному действию
3. Психологические аспекты обучения, воспитания и спортивного совершенствования с учетом функциональной асимметрии
4. Развитие психомоторных и познавательных способностей в процессе физического воспитания
5. Формирование мотивационной сферы в процессе физического воспитания
6. Проявление и формирование эмоциональной сферы в процессе физического воспитания
7. Формирование волевой сферы в процессе физического воспитания
8. Влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды), методы его изучения и коррекции
9. Система звеньев психологической подготовки к соревнованию.
10. Средства и методы психорегуляции.
11. Спортивная психодиагностика
12. Психология спортивного отбора

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степени самостоятельности и инициативы	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо	зачтено	71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно	зачтено	55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

Серова, Л. К. Психология физической культуры и спорта : учебное пособие / Л.К. Серова. — Москва : ИНФРА-М, 2020. — 129 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-016466-3. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1157116>

Дополнительная литература

Горбунов, Г. Д. Психология физической культуры и спорта: учеб. для учреждений высш. образования / Г. Д. Горбунов, Е. Н. Гогун. - 2-е изд., испр. и доп.. - Москва: Академия, 2014. - 267, [1] с.: табл.. - (Профессиональное образование. Физическая культура и спорт). - (Высшее образование - бакалавриат). - Библиогр.: с. 263-265. Имеются экземпляры в отделах: УБ(29), ч.з. N6(1)

Спортивная психология [Электронный ресурс]: учеб. для акад. бакалавриата/ Моск. гор. пед. ун-т; под общ. ред. В. А. Родионова, А. В. Родионова, В. Г. Сивицкого. - Москва: Юрайт, 2015. - 1 эл. опт. диск (CD-ROM), 366, [1] с.: ил.. - Библиогр.: с. 362-364 (37 назв.). - Лицензия до 27.10.2020г. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС Кантиана(1), ч.з.N1(1)

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- НЭБ Национальная электронная библиотека, диссертации и прочие издания
- eLIBRARY.RU Научная электронная библиотека, книги, статьи, тезисы докладов конференций
- ЭБС ZNANIUM.COM
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)
- Издательство Советский Спорт (<http://www.sovsportizdat.ru>)
- РГБ Информационное обслуживание по МБА
- Официальный сайт Министерства спорта Калининградской области (<http://sport.gov39.ru/>)
- Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации
- Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту ([HTTP://lib.sportedu.ru](http://lib.sportedu.ru))
- Электронная библиотечная система Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту (Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма lib.sportedu.ru)
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационная образовательная среда БФУ им. И. Канта, обеспечивающая разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов ПО, соответствующее решению стандартных учебных задач.

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

Для проведения занятий лекционного типа, практических и семинарских занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения практических занятий (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

4.4. Программа дисциплины «4»

Содержание

1.Наименование дисциплины «Педагогика физической культуры»	54
2.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.	54
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы.	56
4. Виды учебной работы по дисциплине.	56
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам.	56
6.Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.	57
7. Методические рекомендации по видам занятий	60
8. Фонд оценочных средств	61
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	61
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности процессе текущего контроля	62
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	63
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	64
9.Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	64
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	65
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	65
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	65
4.	

Программа дисциплины «4»

1. Наименование дисциплины – «Педагогика физической культуры»

Цель освоения дисциплины: Формирование профессиональной компетентности по практической реализации полученных психолого-педагогических знаний в реальной педагогической деятельности в системе спортивной подготовки.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код и содержание компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
БК-1. Способность воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения, формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации самосовершенствовани я	БК-1.1.Проектирует и реализовывает воспитательные программы, направленные на воспитание у обучающихся социально-значимых личностных качеств БК-1.2. Выявляет ситуации и события, способствующие профилактике негативного социального поведения БК-1.3. Определяет инструменты и методы для формирования осознанного отношения занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности с учетом возрастных особенностей БК-1.4. Классифицирует средства и методы избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при	Знать: • способы взаимодействия педагога с различными субъектами образовательного процесса; • психолого-педагогические основы организации учебно-воспитательной и тренировочной работы, массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий; • факторы, определяющие профессиональное мастерство в избранном виде физкультурно-спортивной деятельности; • психолого-педагогические особенности профессионального общения; • основные требования, предъявляемые к личности спортивного педагога, основы формирования его профессионального мастерства; приемы общения учителя ФК с коллективом занимающихся, условия межличностного общения в коллективе и каждым индивидуумом;
		Уметь: • изучать с позиций достижений психолого-педагогической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью и использовать полученную информацию при построении и планировании занятий; • использовать в профессиональной деятельности

	проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста	передовые приемы обучения и воспитания; - критически оценивать и корректировать собственную профессиональную деятельность в зависимости от результатов контроля за деятельностью занимающихся; - использовать методы педагогической и психологической диагностики; Владеть: - способами и методами создания благоприятного климата в коллективе учащихся; - педагогическими технологиями и методами педагогического контроля, контроля качества обучения; - методами оценки и коррекции педагогической деятельности; - методами психолого-педагогической диагностики;
ОПК-5. Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта	ОПК-5.1 Устанавливает конструктивные взаимоотношения и организует взаимодействие между участниками образовательного процесса, создает благоприятный климат в коллективе	Знать: - методы педагогической диагностики; - основы проведения педагогических наблюдений, психолого-педагогической диагностики особенностей обучающихся; - методы педагогического контроля и контроля взаимодействия в учебном и спортивном коллективе; - способы взаимодействия педагога с обучающимися и субъектами учебно-воспитательного процесса; - психолого-педагогические основы организации учебно-воспитательной и тренировочной работы, массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий; - психолого-педагогические особенности профессионального общения; - требования, предъявляемые к личности спортивного педагога, оказывающие влияние на эффективность взаимодействия участников деятельности в области ФКиС; Уметь: - изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся физкультурно-

		спортивной деятельностью с позиций достижений психолого-педагогической науки и передовой практики; - использовать результаты педагогических наблюдений полученную информацию при построении и планировании занятий; - использовать в профессиональной деятельности передовые приемы обучения и воспитания;
		Владеть: - способами и методами создания благоприятного климата в коллективе учащихся; - методами оценки и коррекции педагогической деятельности; - методами психолого-педагогической диагностики. приемами формирования профессионального мастерства спортивного педагога;

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Педагогика физической культуры» представляет собой дисциплину обязательной части подготовки бакалавров физической культуры.

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и практических занятиях (семинарского типа, в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
Введение в педагогическую деятельность в спортивной подготовке		
1.	Тема 1. Педагогика ФК, как наука и практика.	Педагогика ФК, как наука и практика. Роль физической культуры и спорта в развитии личности.

2.	Тема 2. Профессионально-педагогическая деятельность спортивного педагога.	Деятельность спортивного педагога. Направления деятельности в различных образовательных, лечебных и спортивных учреждениях.
3.	Тема 3. Профессиональное становление личности.	Требования к личности педагога. Профессиональная идентификация. Этапы профессионального становления личности.
4.	Тема 4. Психолого-педагогическая характеристика деятельности спортивного педагога.	Деятельность спортивного педагога. Психолого-педагогическая характеристика, имидж и мастерство спортивного педагога.
Организация педагогического процесса		
5.	Тема 5. Формы организации педагогического процесса. Средства и методы педагогического процесса, управление педагогическим процессом.	Урок. Требования к уроку ФК. Дополнительные формы организации педагогического процесса: экскурсии, консультации, домашняя работа, учебные конференции, дополнительные занятия. Вспомогательные формы организации педагогического процесса (внеклассные).
6.	Тема 6. Система воспитательной деятельности спортивного педагога.	Воспитательная деятельность спортивного педагога. Слагаемые воспитательной среды в сфере ФКиС. Профилактика асоциального поведения и пропаганда ЗОЖ среди школьников. Антидопинговая пропаганда.
Профессиональное развитие педагога в ФК		
7.	Тема 7. Значение и функции профессионально-педагогической культуры спортивного педагога.	Профессионально-педагогическая культура как основа акмеологического становления спортивного педагога. Значение и функции. Уровни сформированности профессионально-педагогической культуры. Сформированность профессионально-педагогической этики спортивного педагога.
8.	Тема 8. Профессиональное самовоспитание спортивного педагога.	Роль и значение самовоспитания в профессиональной деятельности спортивного педагога. Содержание самовоспитания. Модель профессионального самовоспитания будущего спортивного педагога.
9.	Тема 9. Педагогические технологии и инновации в сфере ФКиС.	Понятие «технология». Классификация образовательных технологий по Селевко В.К. Технологии в сфере ФКиС.
10.	Тема 10. Диагностика готовности специалиста в области ФКиС.	Стиль педагогической деятельности. Выполнение и анализ результатов выполнения методики «Стиль педагогической деятельности». Интерпретация результатов.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Тематика лекционных и практических занятий

№	Наименование разделов и тем	Содержание темы занятия

п/п	дисциплины/ модуля	
1.	Тема 1. Педагогика ФК, как наука и практика. Роль физической культуры и спорта в развитии личности.	Определение предрасположенности к педагогической деятельности. Выполнение и анализ результатов теста «Педагогической ориентированности». Интерпретация результатов.
2.	Тема 2. Профессионально-педагогическая деятельность спортивного педагога.	Организаторская деятельность как способность упорядочивать и приводить в систему все составляющие учебно-воспитательного процесса. Опорные способности (наблюдательность, концентрация внимания).
3.	Тема 3. Профессиональное становление личности.	Условия возникновения потребности и готовности к самообразованию. Основные компоненты самообразования: самопознание личности (направленность, познавательные процессы); Составление программы (плана) работы над собой (развитие воли, характера, интуиции и др.), организация системы (способы работы над собой) и организация деятельности (самоотчет, самооценка, самоанализ и др.). Оценка уровня развития профессионально-педагогической культуры спортивного педагога.
4.	Тема 4. Психолого-педагогическая характеристика деятельности спортивного педагога.	Стиль педагогической деятельности. Выполнение и анализ результатов выполнения методики «Стиль педагогической деятельности». Интерпретация результатов.
5.	Тема 5. Формы организации педагогического процесса. Средства и методы педагогического процесса, управление педагогическим процессом.	Проектировочная деятельность как способность видения отдаленного во времени педагогического результата и перспективы последующих этапов. Диагностические, психомоторные способности (конструктивное воображение).
6.	Тема 6. Система воспитательной деятельности спортивного педагога.	Конструктивная деятельность как способность видения перспективы педагогического результата и последующих этапов профессиональной деятельности.
7.	Тема 7. Значение и функции профессионально-педагогической культуры спортивного педагога.	Авторитарные способности как умение устанавливать и удерживать авторитет. Составление модели профессионально-педагогической деятельности.
8.	Тема 8. Профессиональное самовоспитание спортивного педагога.	Гностическая деятельность как способность логически и критически осмысливать весь педагогический процесс. Пути и способы развития способностей.
9.	Тема 9. Педагогические технологии и инновации в сфере ФКиС.	Медиативные способности. «Конфликтная ли вы личность?». Умение вычленять конфликт как педагогическую проблему, определять его вид, намечать стратегию управления конфликтом.
10.	Тема 10. Диагностика готовности специалиста в области ФКиС.	Стиль педагогической деятельности. Выполнение и анализ результатов выполнения

	методики «Стиль педагогической деятельности». Интерпретация результатов.

Тематика самостоятельной работы

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Тематика самостоятельных работ
1	Тема 1. Педагогика ФК, как наука и практика.	Самостоятельная работа 1. Составление конспекта по «Концепции развития ФКиС до 2020 года» Самостоятельная работа 2. Педагогика ФК, как метапредмет. Методология ФК.
2	Тема 2. Профессионально-педагогическая деятельность спортивного педагога.	Самостоятельная работа 3. Структура физкультурного образования в России. Самостоятельная работа 4. Деятельность спортивного педагога. Направления деятельности в различных образовательных, лечебных и спортивных учреждениях.
3	Тема 3. Профессиональное становление личности.	Самостоятельная работа 5. Особенности деятельности педагога ФК. Требования к личности педагога. Самостоятельная работа 6. Составление таблицы «Этапы профессионального становления педагога».
4	Тема 4. Психолого-педагогическая характеристика деятельности спортивного педагога.	Самостоятельная работа 7. Составление характеристики спортивного педагога.
5	Тема 5. Формы организации педагогического процесса. Средства и методы педагогического процесса, управление педагогическим процессом.	Самостоятельная работа 8. Требования к конспекту урока ФК. Самостоятельная работа 9. Составление плана экскурсии (консультации, учебной конференции и др.)
6	Тема 6. Система воспитательной деятельности спортивного педагога.	Самостоятельная работа 10. Слагаемые воспитательной среды в сфере ФКиС. Самостоятельная работа 11. Презентация проекта по профилактике асоциального поведения школьников (пропаганда ЗОЖ, антидопинговой пропаганде).
7	Тема 7. Значение и функции профессионально-педагогической культуры спортивного педагога.	Самостоятельная работа 12. Разработка рекомендаций по развитию профессионально-педагогической культуры спортивного педагога. Самостоятельная работа 13. Разработка рекомендаций по развитию профессионально-педагогической этики спортивного педагога. Самостоятельная работа 14. Разработка рекомендации по развитию педагогического мастерства.
8	Тема 8. Профессиональное самовоспитание спортивного педагога.	Самостоятельная работа 15. Представление модели профессионального самовоспитания будущего спортивного педагога.
9	Тема 9. Педагогические технологии и инновации в сфере ФКиС.	Самостоятельная работа 16. Представление одной из образовательных технологий ФКиС. Самостоятельная работа 17. Сообщение об

		инновации в сфере ФКиС.
10	Тема 10. Диагностика готовности специалиста в области ФКиС.	Самостоятельная работа 18. Выполнение методики «Оценка развития педагогической культуры спортивного педагога» Самостоятельная работа 19. Выполнение методики «Оценка развития профессионально-педагогической этики педагога». Самостоятельная работа 20. Выполнение методики «Оценка развития профессионально-педагогического мастерства».

7. Методические рекомендации по видам занятий

Освоение данной дисциплины является необходимой частью формирования способности выпускника определять и выбирать педагогически обоснованные технологии, организационные формы, методы и средства контроля, исходя из современных знаний о биохимических процессах в организме человека и их изменений под действием различного вида мышечной работы.

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

Процесс организации самостоятельной работы студентов включает в себя следующие этапы:

1. Подготовительный (определение целей, составление плана самостоятельной работы студентов, подготовка методического обеспечения и т.д.).
2. Основной (реализация плана, использование приемов поиска информации, усвоения, переработки, применения и передачи знаний, фиксирование результатов, самоорганизация процесса работы).
2. Заключительный (оценка значимости и анализ результатов, их систематизация, оценка эффективности плана и приемов работы, контроль качества обучения и выводы о направлениях совершенствования организации самостоятельной работы).

9. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Тема 1. Педагогика ФК, как наука и практика.	ОПК-5.1 БК-1.1 БК-1.2 БК-1.3 БК-1.4	Ориентировочный этап: тестирование Деятельностный этап: защита проекта Контрольно-корректировочный: представление результатов исследовательской деятельности
Тема 2. Профессионально-педагогическая деятельность спортивного педагога.		
Тема 3. Профессиональное становление личности.		
Тема 4. Психолого-педагогическая характеристика деятельности спортивного педагога.		
Тема 5. Формы организации педагогического процесса. Средства и методы педагогического процесса, управление педагогическим процессом.		
Тема 6. Система воспитательной деятельности спортивного педагога.		
Тема 7. Значение и функции профессионально-педагогической культуры спортивного педагога.		
Тема 8. Профессиональное самовоспитание спортивного педагога.		
Тема 9. Педагогические технологии и инновации в сфере ФКиС.		
Тема 10. Диагностика готовности специалиста в области ФКиС.		

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля

Тестирование

Примеры тестовых заданий:

Текст вопроса	Варианты ответов
Педагогика физической культуры – отрасль общей педагогики, изучающая:	особенности методов, средств физического воспитания возможности двигательной активности в формировании привычек здорового образа жизни формирование физической культуры личности
Предмет педагогики физической культуры:	Педагогическая деятельность учителя ФК Формирование физической культуры личности Физическое воспитание школьников Спортивная деятельность
Физкультурное образование – это:	система обучения, включающая знания и управление физической деятельностью человека обучение двигательной деятельности с помощью физических упражнений процесс физкультурно-спортивного образования человека
Метод воспитания, направленный на осознание поведения и поступков, раскаянию:	поощрение наказание критика метод примера

Проект (сценарий воспитательного мероприятия для системы спортивной подготовки)

Защита проекта проводится на практических занятиях.

При разработке и составлении проекта рекомендуем использовать следующую схему:

1. Название проекта.
2. Цель проекта, этапы и сроки проведения.
3. Формат реализации.
4. Назначение (кому адресован).
5. Организаторы (кто проводит мероприятие).
6. Спонсоры и сорганизаторы.
7. Оформление, участие СМИ (информационная поддержка).
8. Оборудование и технические средства.
9. Содержание проекта по этапам.

Требования к оформлению проекта:

1. На титульном листе проекта необходимо указать:
 - название мероприятия;
 - организаторы и исполнители;
 - Ф. И. О. автора (составителя);

2. Титульный лист оформляется на одной стороне листа формата А 4. Проект должен быть напечатан на бумаге форматом А 4 (возможен электронный вариант). Кегль – 14, междустрочный интервал – 1,5 см, поля – 1,5-2 см.

3. В конце проекта приводится список использованной литературы в алфавитном порядке (автор, заглавие, место и год издания, количество страниц).

К проекту возможны приложения (развернутый план, фото, отзывы, анализ, реклама и др.).

Представление результатов исследовательской деятельности

Студент представляет результаты применения одного из методов педагогической диагностики (выполняется в ходе самостоятельной работы по одной из общепринятых методик психолого-педагогической диагностики с указанием названия и автора методики, измерительных материалов, представлением таблиц, диаграмм, заключения, результаты представляются студентом в виде текстового документа или электронной презентации):

- самооценка занимающихся интереса к урокам физической культуры (шкала интереса),
- социометрия,
- анонимное анкетирование учащихся с целью выявления мотивации к урокам физической культуры,
- исследование мотивов спортивной деятельности.

Критерии оценки проектов и исследовательской деятельности:

Выполнение и представление проекта и результатов исследовательской деятельности оценивается «зачтено» или «незачтено», что указывает на сформированность ОПК-10 (способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта) и ОПК-6 (способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни).

Оценка «зачтено», если выполнение практической работы представлено в полном объеме; студент владеет научной терминологией; способен обобщить полученные данные и сделать их интерпретацию; способен на основе полученных данных сформулировать педагогическую задачу.

Оценка «незачтено», если практическая работа выполнена не в полном объеме; студент слабо владеет научной терминологией; не способен делать интерпретацию полученных в диагностике данных; нет достаточного объема знаний основной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины; отсутствует умение формулировки педагогической задачи.

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

1. Определение предрасположенности к педагогической деятельности.
2. Организаторская деятельность как способность упорядочивать и приводить в систему все составляющие учебно-воспитательного процесса.
3. Опорные способности спортивного педагога (наблюдательность, концентрация внимания).
4. Условия возникновения потребности и готовности к самообразованию.
5. Основные компоненты самообразования.
6. Стилль педагогической деятельности в спортивной подготовке.
7. Проектировочная деятельность как способность видения отдаленного во времени педагогического результата и перспективы последующих этапов.
8. Диагностические и психомоторные способности спортивного педагога (конструктивное воображение).

9. Конструктивная деятельность как способность видения перспективы педагогического результата и последующих этапов профессиональной деятельности.
10. Авторитарные способности как умение устанавливать и удерживать авторитет.
11. Гностическая деятельность как способность логически и критически осмысливать весь педагогический процесс. Пути и способы развития способностей.
12. Медиативные способности спортивного педагога.

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степени самостоятельности и инициативы	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо	зачтено	71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно	зачтено	55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

Педагогика физической культуры и спорта : учебно-методическое пособие / сост. С. Ю. Махов. - Орел : МАБИВ, 2019. - 125 с. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1510911>

Дополнительная литература

Одинцова, О. В. Профессиональная этика [Электронный ресурс]: учеб. для вузов/ О. В. Одинцова. - 3-е изд., стер.. - Москва: Академия, 2014. - 1 эл. опт. диск (CD-ROM), 141, [2] с.. - (Высшее образование - бакалавриат). - Библиогр.: с. 140-141. - Лицензия до 31.12.2020 г.. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС Кантиана(1), ч.з.N1(1)

Педагогика физической культуры [Электронный ресурс]: учеб. для вузов/ под ред. С. Д. Неверковича. - 2-е изд., перераб. и доп.. - М.: Академия, 2013. - 361, [1] с. + 1 эл. опт. диск (CD-ROM). - (Высшее профессиональное образование. Физическая культура и спорт). - (Бакалавриат). - Библиогр. в конце гл.. - Лицензия до 29.04.2018 г. Имеются экземпляры в отделах: ч.з.N6(1), ЭБС Кантиана(1)

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.

- НЭБ Национальная электронная библиотека
- eLIBRARY.RU
- ЭБС Консультант студента
- ООО «Проспект»
- ЭБС ZNANIUM.COM
- ЭБС «Айбукс»
- ЭБС РКИ
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантитана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов соответствующее ПО и антивирусное программное обеспечение.

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

Для проведения занятий лекционного типа, практических занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения практических занятий (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

4. Программа практики

«Не предусмотрена»

5. Программа итоговой аттестации

Определение результатов освоения модуля на основе вычисления оценки по каждому элементу модуля.

Оценка по модулю рассчитывается по формуле:

$$R_j^{\text{мод}} = \frac{k_1 R_1 + k_2 R_2 + k_3 R_3 + \dots + k_n R_n + R_{\text{кур}}}{k_1 + k_2 + k_3 + \dots + k_n}$$

Где:

$R_j^{\text{мод}}$ – оценка по модулю

$k_1, k_2, k_3, \dots, k_n$ – зачетные единицы дисциплин, входящих в модуль

$R_1, R_2, R_3, \dots, R_n$ – оценки по дисциплинам модуля

$R_{\text{кур}}$ – оценка по курсовой работе

В случае, если по дисциплине предусмотрен зачет без оценки, то за оценку по дисциплине принимается «5 (отлично)».

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего
образования «Балтийский федеральный университет
имени Иммануила Канта»
ОНК «Институт образования и гуманитарных наук»
Высшая школа физической культуры и спорта**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МОДУЛЯ

«Технологии спортивной подготовки»

Шифр: 49.03.01

Направление подготовки: «Физическая культура»

Направленность образовательной программы: «Спортивная подготовка»

Квалификация выпускника: тренер-преподаватель

Калининград
2026

Лист согласования

Составители:

к.п.н., доцент И.А. Васильева

к.п.н., доцент Д.И. Воронин

старший преподаватель А.В. Волков

старший преподаватель Ю.А. Коробко-Балацкая

старший преподаватель Н.В. Покровская

старший преподаватель А.С. Солодовник

к.п.н., доцент О.Б. Томашевская

к.п.н., доцент Е.О. Ширшова

Рабочая программа утверждена на заседании Ученого совета ОНК «Институт образования и гуманитарных наук»

Председатель Ученого совета ОНК
«Институт образования и гуманитарных наук»

д.п.н., профессор

А.О. Бударина

Руководитель образовательной программы О.С. Корабовева

Содержание

1. Название образовательного модуля	4
2. Характеристика образовательного модуля	4
3. Методические указания для обучающихся по освоению модуля	8
4. Программы дисциплин образовательного модуля	
4.1. Программа дисциплины «Теория спортивной тренировки»	9
4.2. Программа дисциплины «Система спортивной подготовки»	26
4.3. Программа дисциплины «Школьный и студенческий спорт»	37
4.4. Программа дисциплины «Судейский практикум»	47
4.5. Программа дисциплины «Фитнес-технологии в спорте»	60
4.6. Программа дисциплины «Цифровые технологии в спортивной подготовке»	72
4.7. Программа дисциплины «Организация спортивной-массовой работы»	81
5. Программа практики	92
6. Программа итоговой аттестации по модулю	92

1.Название модуля: «Технологии спортивной подготовки»

2.Характеристика модуля

2.1. Образовательные цели и задачи

Модуль ставит своей целью формировать готовность студентов к самостоятельному решению основных профессиональных задач бакалавра физической культуры в сфере спортивной подготовки (планирование тренировочной работы для спортивно-оздоровительных групп и групп начальной подготовки, обеспечение безопасных условий для занятий, проведение учебно-тренировочных занятий различной направленности, подготовка спортсменов к участию в соревнованиях, участие в организации и проведении массовых спортивных соревнований и физкультурно-спортивных мероприятий, использование психолого-педагогических средств повышения работоспособности восстановления).

2.2. Образовательные результаты выпускника

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по модулю
УК-1. Способен к формированию собственного жизненно-образовательного маршрута на основе критического мышления, целеполагания, стратегии достижения цели (в том числе в проектном типе деятельности) в условиях создания безопасной среды, с учетом традиционных российских духовно-нравственных ценностей и целей национального развития, в процессе социального взаимодействия	УК.1.2. Демонстрирует умение рассматривать различные точки зрения и выявлять степень доказательности на поставленную задачу УК.1.3. Использует оптимальные способы для решения определенного круга задач, учитывая действующие правовые нормы и имеющиеся условия, ресурсы и ограничения УК-1.4. Демонстрирует умения работы в команде в соответствии с распределением ролей при реализации проекта УК-1.5. Планирует деятельность с учетом поставленных целей собственного жизненно-образовательного маршрута в сообществах различного типа УК-1.14. Применяет средства и методы укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования	Знает: функции спорта в обществе и жизни каждого человека, цели, задачи спортивной тренировки, средства и методы решения задач спортивной тренировки, ограничения по их использованию, структуру социального взаимодействия и командной работы; последствия личных действий и меры ответственности при организации судейства базовых видов спорта, общие направления профессиональной деятельности преподавателя физической культуры и спорта, которые требуют командной работы, основные функциональные роли участников и организаторов физкультурно-спортивных мероприятий, общие требования к участникам и организаторам спортивно-массовых мероприятий, требования к физической подготовленности участника и организатора спортивно-массовых мероприятий различного типа Умеет: определять основные показатели возможностей детей и подростков в достижении спортивного результата, формулировать общие цели и задачи учебно-тренировочного процесса в зависимости от индивидуальных потребностей, осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде; нести личную ответственность за результат командной работы при организации спортивных соревнований по базовым видам спорта, адаптироваться в профессиональном коллективе, формируемом для проведения систематической спортивно-массовой работы или конкретного физкультурно-спортивного мероприятия, выбирать функциональную роль в организации и проведении спортивно-массовой работе, в том

		числе физкультурно-спортивных мероприятий различной направленности, в соответствии со своими возможностями и уровнем профессиональной подготовленности, выбирать виды физических упражнений для достижения и поддержания уровня физической подготовленности, необходимой для реализации основных функциональных обязанностей организатора спортивно-массовых мероприятий разного типа Владеет: терминологией теории спорта, способами ее использования в формулировании целей деятельности и определении ресурсов и ограничений в спортивной тренировке, навыками социального взаимодействия и реализации своей роли в командной работе по организации и проведению соревнований по базовым видам спорта, способами обмена информацией, необходимой для реализации своей функции в командной работе по организации и проведению спортивно-массовых мероприятий, навыками рационального использования временных и информационных ресурсов для реализации выбранной функциональной роли в организации и проведении спортивно-массовых мероприятий, способами анализа педагогических практик методического обеспечения образовательной деятельности в сфере спортивной подготовки, навыками планирования образовательной деятельности в системе спортивной подготовки, технологиями организации физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий.
ПК-2. Способен разрабатывать учебно-методическое обеспечение дополнительных образовательных программ спортивной подготовки	ПК-2.1 Определяет задачи учебно-методического обеспечения дополнительных образовательных программ, исходя из требований стандартов спортивной подготовки ПК-2.2 Анализирует педагогические практики для обеспечения учебно-методического обеспечения образовательной деятельности в сфере спортивной подготовки	Знать: требования к подготовленности и оценке качества работы судей при организации соревнований по базовым видам спорта, актуальные достижения в области фитнес-технологий, возможности их использования в профессиональном росте тренер-преподавателя, перспективы цифровизации сферы спортивной подготовки, основы работы в цифровых средах, иметь представление о наиболее распространенных технологиях решения задач спортивной подготовки, общие требования к профессиональной подготовленности и особенности функциональных ролей организаторов спортивно-массовой работы Уметь: определять приоритеты собственного профессионального роста и личностного развития в выполнении функций судьи соревнований по базовым видам спорта, определять потребности в саморазвитии с использованием фитнес-технологий, анализировать потребности собственного профессионального развития в области применения цифровых технологий, анализировать результаты своей деятельности при участии в организации спортивно-массовых мероприятий Владеть: способами освоения профессиональных знаний и умений в области судейства спортивных соревнований, способами выбора средств для

		решения задач фитнес-тренировок для различных задач самосовершенствования, способами освоения цифровых инструментов профессиональной деятельности тренера-преподавателя, способами выбора приоритетных направлений для совершенствования своих способностей и профессиональной подготовленности в области организации спортивно-массовых мероприятий
ПК-3. Способен использовать в учебно-тренировочном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся;	ПК-3.1 Выявляет актуальные технологии реализации учебно-тренировочных процессов ПК-3.2 Использует обоснованные организационные формы, методы и средства обучения и воспитания, исходя из целей и задач спортивной подготовки	Знать: структуру и содержание стандарта спортивной подготовки по избранному виду спорта, требования к структуре и содержанию дополнительной образовательной программы по виду спорта, основные критерии, средства и методы отбора, общие цели и задачи этапов спортивной подготовки, организационные основы планирования, организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий со школьниками и студентами Уметь: конкретизировать цели и задачи этапов спортивной подготовки в избранном виде спорта, определять структуру подготовки в зависимости от задачи этапа, отбирать содержание разделов подготовки, организовывать и реализовывать физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия в системе дополнительного образования детей Владеть: способами анализа педагогических практик методического обеспечения образовательной деятельности в сфере спортивной подготовки, навыками планирования образовательной деятельности в системе спортивной подготовки, технологиями организации физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий
ПК-4. Способен определять и использовать в учебно-тренировочном процессе формы, методы и средства контроля результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки	ПК-4.1 Определяет педагогически обоснованные технологии, организационные формы, методы и средства контроля, исходя из целей и задач спортивной подготовки	Знает: основные требования к технологиям спортивной тренировки, актуальные средства и методы спортивной тренировки, требования законодательства РФ по созданию образовательной среды для реализации мероприятий в системе школьного и студенческого спорта, роль спортивных соревнований как средства обучения, воспитания и контроля результатов учебно-тренировочного процесса для разных целевых аудиторий, основные требования к качеству проектирования фитнес-программ, базовые средства фитнес-технологий, возможности их применения в учебно-тренировочных процессах Умеет: соотносить формы, средства и методы обучения, воспитания и контроля с задачами спортивной тренировки, обосновывать выбор средств и методов для разных целевых аудиторий, использовать современные образовательные и цифровые технологии для организации и проведения учебно-тренировочных занятий в системе школьного и студенческого спорта, выбирать обоснованные организационные формы спортивных соревнований, исходя из целей спортивной подготовки, определять задачи использования фитнес-технологий в учебно-

		тренировочных процессах, выбирать средства и методы их реализации Владеет: навыками проектирования фрагментов учебно-тренировочных занятий как основной формы реализации спортивной тренировки, с учетом основных задач для разных целевых аудитории, методикой проведения занятий и технологиями организации мероприятий в системе школьного и студенческого спорта, актуальной судейской техникой в базовых видах спорта, основными способами реализации фитнес-технологий в учебно-тренировочных процессах с использованием обоснованных форм занятий
		Знает: особенности применения средств контроля эффективности спортивной тренировки в соответствии с задачами спортивной подготовки Умеет: соотносить средства контроля с организационными формами спортивной тренировки и возрастными особенностями занимающихся Владеет: навыками проектирования учебно-тренировочных занятий

3. Методические указания для обучающихся по освоению модуля

Освоение дисциплин модуля закладывает базу для будущей профессиональной деятельности в сфере спортивной подготовки. Оно должно начинаться с внимательного ознакомления с рабочими программами дисциплин, обязательными компонентами которых являются: перечень тем, подлежащих усвоению; задания; списки учебных пособий и рекомендуемой литературы; списки контрольных вопросов, заданий.

Модуль построен таким образом, чтобы изучение дисциплин последовательно переводило студента на более высокие уровни организации деятельности через освоение научно-обоснованных предметных знаний к практической реализации функций преподавателя, педагога дополнительного образования, организатора спортивно-массовой работы, судьи массовых соревнований. Только так можно достичь полного понимания материала, хорошей ориентации в специальной литературе, формирования собственной точки зрения и умений практического характера. В ходе освоения дисциплин особое внимание следует обратить на анализ собственной профессиональной подготовленности, необходимость развития и проявления в деятельности преподавателя личностных качеств, умений социального взаимодействия при организации спортивно-массовой работы. Спортивная деятельность является конфликтной по своей природе, поэтому для реализации ее воспитывающего и развивающего потенциала необходимо четкое регулирование поведения и взаимодействий ее участников. В то же время она является максимально эффективным средством развития обучающихся, поскольку требует максимального проявления их способностей, умений и навыков в условиях честной спортивной борьбы.

В ряде дисциплин используется технология смешанного обучения по модели «Перевернутый класс». Это требует внимания к организации самостоятельной учебной деятельности студентов. Онлайн-лекции размещены в электронно-информационной среде БФУ им.И.Канта, студенты изучают их заранее, задание они получают от преподавателя на занятиях, далее меняется традиционный формат лекций с передачи и объяснения базовой учебной информации на диалоговую форму - обсуждение учебного материала на практических примерах, которые могут быть предложены как преподавателем, так и студентами.

4. Программы дисциплин модуля

4.1 Программа дисциплины «Теория спортивной тренировки»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Теория спортивной тренировки»	10
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	10
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	11
4. Виды учебной работы по дисциплине	11
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам	11
6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине	12
7. Методические рекомендации по видам занятий	15
8. Фонд оценочных средств	16
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	16
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	16
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	21
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	23
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	24
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	24
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	24
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	25

1. Наименование дисциплины: «Теория спортивной тренировки».

Цель дисциплины – овладение студентами системой научных знаний в области спортивной тренировки как педагогического процесса, формирование мировоззренческих позиций в отношении закономерностей спортивного мастерства обучающихся, меры ответственности за сохранение здоровья спортсменов.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
УК-1 Способен к формированию собственного жизненно-образовательного маршрута на основе критического мышления, целеполагания, стратегии достижения цели (в том числе в проектном типе деятельности) в условиях создания безопасной среды, с учетом традиционных российских духовно-нравственных ценностей и целей национального развития, в процессе социального взаимодействия	УК.1.1. Демонстрирует знание правовых норм достижения поставленной цели деятельности УК.1.2. Формулирует в рамках поставленной цели совокупность задач, обеспечивающих ее достижение УК.1.3. Использует оптимальные способы для решения определенного круга задач, учитывая действующие правовые нормы и имеющиеся условия, ресурсы и ограничения	Знает: функции спорта в обществе и жизни каждого человека, цели, задачи спортивной тренировки, средства и методы решения задач спортивной тренировки, ограничения по их использованию Умеет: определять основные показатели возможностей детей и подростков в достижении спортивного результата, формулировать общие цели и задачи учебно-тренировочного процесса в зависимости от индивидуальных потребностей Владеет: терминологией теории спорта, способами ее использования в формулировании целей деятельности и определении ресурсов и ограничений в спортивной тренировке
ПК-3. Способен использовать в учебно-тренировочном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся;	ПК-3.1 Выявляет актуальные технологии реализации учебно-тренировочных процессов ПК-3.2 Использует обоснованные организационные формы, методы и средства обучения и воспитания, исходя из целей и задач спортивной подготовки	Знает: основные требования к технологиям спортивной тренировки, актуальные средства и методы спортивной тренировки Умеет: соотносить формы, средства и методы обучения, воспитания и контроля с задачами спортивной тренировки, обосновывать выбор средств и методов для разных целевых аудиторий Владеет: навыками проектирования фрагментов учебно-тренировочных занятий как основной формы реализации спортивной тренировки, с

		учетом основных задач для разных целевых аудитории
ПК-4. Способен определять и использовать в учебно-тренировочном процессе формы, методы и средства контроля результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки	ПК-4.1 Определяет педагогически обоснованные технологии, организационные формы, методы и средства контроля, исходя из целей и задач спортивной подготовки	Знает: особенности применения средств контроля эффективности спортивной тренировки в соответствии с задачами спортивной подготовки Умеет: соотносить средства контроля с организационными формами спортивной тренировки и возрастными особенностями занимающихся Владеет: навыками проектирования учебно-тренировочных занятий

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Теория спортивной тренировки» является частью модуля «Технологии спортивной подготовки». Данный модуль включен в блок дисциплин части учебного плана, формируемого участниками образовательных отношений.

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и практических занятиях (в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Сущность спорта и характер его теории	Истоки спорта, функции спорта в обществе, структура спорта как вида социальной практики, профилирующие направления, многообразие видов спорта, общенаучные и специальные категории в развитии знаний о спорте, теория спорта как наука, современная проблематика наук о спорте, методологические основы теории спорта, теория спорта в системе профессионального физкультурного образования
2	Теория соревновательной деятельности	Представление о спортивном состязании и спортивном соревновании, соревновательная деятельность спортсмена, виды и системы соревнований, структура соревновательной деятельности в различных видах спорта, особенности проявления способностей и навыков

		спортсмена в условиях соревнований
3	Выявление индивидуальной спортивной предрасположенности	Предпосылки успешности в соревновательной деятельности, исходные позиции для выявления индивидуальной спортивной предрасположенности, основные способы диагностики, функции отбора и спортивной ориентации в достижении спортивных результатов, проектирование долгосрочных целей спортивной подготовки
4	Спортивная тренировка как основной педагогический процесс в спортивной подготовке	Понятие о спортивной тренировке как многолетнем педагогическом процессе, принципы становления спортивного мастерства, цели и задачи спортивной тренировки, структура и содержание спортивной тренировки, средства и методы спортивной тренировки, возрастные особенности применения средств и методов спортивной тренировки
5	Комплексный контроль в спорте	Роль контроля в обеспечении эффективности спортивной тренировки, виды и формы контроля, основные средства и методы контроля в спорте, возрастные особенности применения средств и методов контроля качества учебно-тренировочного процесса и его результатов

6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика занятий в контактной форме:

Рекомендуемая тематика учебных занятий *лекционного* типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Сущность спорта и характер его теории	Истоки спорта, функции спорта в обществе, структура спорта как вида социальной практики, профилирующие направления, многообразие видов спорта, общенаучные и специальные категории в развитии знаний о спорте, теория спорта как наука, современная проблематика наук о спорте, методологические основы теории спорта, теория спорта в системе профессионального физкультурного образования
2	Теория соревновательной деятельности	Представление о спортивном состязании и спортивном соревновании, соревновательная деятельность спортсмена, виды и системы соревнований, структура соревновательной деятельности в различных видах спорта, особенности проявления способностей и навыков спортсмена в условиях соревнований
3	Выявление индивидуальной спортивной предрасположенности	Предпосылки успешности в соревновательной деятельности, исходные позиции для выявления индивидуальной спортивной предрасположенности, основные способы диагностики, функции отбора и спортивной ориентации в достижении спортивных результатов, проектирование долгосрочных целей спортивной подготовки
4	Спортивная тренировка как	Понятие о спортивной тренировке как многолетнем

	основной педагогический процесс в спортивной подготовке	педагогическом процессе, принципы становления спортивного мастерства, цели и задачи спортивной тренировки, структура и содержание спортивной тренировки, средства и методы спортивной тренировки, возрастные особенности применения средств и методов спортивной тренировки
5	Комплексный контроль в спорте	Роль контроля в обеспечении эффективности спортивной тренировки, виды и формы контроля, основные средства и методы контроля в спорте, возрастные особенности применения средств и методов контроля качества учебно-тренировочного процесса и его результатов

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Содержание темы занятия
1	Сущность спорта и характер его теории	Истоки спорта, функции спорта в обществе, структура спорта как вида социальной практики, профилирующие направления, многообразие видов спорта, общенаучные и специальные категории в развитии знаний о спорте, теория спорта как наука, современная проблематика наук о спорте, методологические основы теории спорта, теория спорта в системе профессионального физкультурного образования, источники научной информации в сфере теории спорта
2	Теория соревновательной деятельности	Представление о спортивном состязании и спортивном соревновании, соревновательная деятельность спортсмена, виды и системы соревнований, структура соревновательной деятельности в различных видах спорта, особенности проявления способностей и навыков спортсмена в условиях соревнований, способы анализа эффективности соревновательной деятельности
3	Выявление индивидуальной спортивной предрасположенности	Предпосылки успешности в соревновательной деятельности, исходные позиции для выявления индивидуальной спортивной предрасположенности, основные способы диагностики, функции отбора и спортивной ориентации в достижении спортивных результатов, проектирование долгосрочных целей спортивной подготовки, современные представления о спортивной одаренности
4	Спортивная тренировка как основной педагогический процесс в спортивной подготовке	Понятие о спортивной тренировке как многолетнем педагогическом процессе, принципы становления спортивного мастерства, цели и задачи спортивной тренировки, структура и содержание спортивной тренировки, средства и методы спортивной тренировки, возрастные особенности применения средств и методов спортивной тренировки, разделы подготовки – физическая, техническая, тактическая, интегральная, соревновательная, практическая применимость различных средств и методов в конкретных учебно-тренировочных процессах, проектирование фрагментов учебно-тренировочных занятий различной направленности (выбор средств и методов,

		соответствующих поставленным задачам, определение дозировки в соответствии с полом, возрастом и уровнем подготовленности занимающихся)
5	Комплексный контроль в спорте	Роль контроля в обеспечении эффективности спортивной тренировки, виды и формы контроля, основные средства и методы контроля в спорте, возрастные особенности применения средств и методов контроля качества учебно-тренировочного процесса и его результатов, самоконтроль в спортивной тренировке, использование средств срочной обратной информации в спортивной тренировке, проектирование фрагментов учебно-тренировочных занятий контрольной направленности (выбор средств и методов контроля, соответствующих поставленным задачам и особенностям контингента)

Тематика самостоятельной работы студентов

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Тематика самостоятельных работ
1	Сущность спорта и характер его теории	Истоки спорта, функции спорта в обществе, структура спорта как вида социальной практики, профилирующие направления, многообразие видов спорта, общенаучные и специальные категории в развитии знаний о спорте, теория спорта как наука, современная проблематика наук о спорте, методологические основы теории спорта, теория спорта в системе профессионального физкультурного образования, источники научной информации в сфере теории спорта
2	Теория соревновательной деятельности	Представление о спортивном состязании и спортивном соревновании, соревновательная деятельность спортсмена, виды и системы соревнований, структура соревновательной деятельности в различных видах спорта, особенности проявления способностей и навыков спортсмена в условиях соревнований, способы анализа эффективности соревновательной деятельности
3	Выявление индивидуальной спортивной предрасположенности	Предпосылки успешности в соревновательной деятельности, исходные позиции для выявления индивидуальной спортивной предрасположенности, основные способы диагностики, функции отбора и спортивной ориентации в достижении спортивных результатов, проектирование долгосрочных целей спортивной подготовки, современные представления о спортивной одаренности
4	Спортивная тренировка как основной педагогический процесс в спортивной подготовке	Понятие о спортивной тренировке как многолетнем педагогическом процессе, принципы становления спортивного мастерства, цели и задачи спортивной тренировки, структура и содержание спортивной тренировки, средства и методы спортивной тренировки, возрастные особенности применения средств и методов спортивной тренировки, практическая применимость различных средств и методов в конкретных учебно-тренировочных процессах, проектирование фрагментов учебно-тренировочных занятий различной

		направленности (выбор средств и методов, соответствующих поставленным задачам, определение дозировки в соответствии с полом, возрастом и уровнем подготовленности занимающихся) особенности применения дидактических методов в спортивной тренировке, сущность и особенности применения повторного метода спортивной тренировки, сущность и особенности применения равномерного метода спортивной тренировки, сущность и особенности применения переменного метода спортивной тренировки, сущность и особенности применения интервального метода спортивной тренировки, сущность и особенности применения частично регламентированных методов спортивной тренировки, особенности применения методов обучения двигательным действиям в спортивной тренировке, сущность и особенности применения сопряженного метода совершенствования техники двигательных действий в спортивной тренировке, учебно-тренировочное занятие как основная форма элемента построения учебно-тренировочного процесса.
5	Комплексный контроль в спорте	Роль контроля в обеспечении эффективности спортивной тренировки, виды и формы контроля, основные средства и методы контроля в спорте, возрастные особенности применения средств и методов контроля качества учебно-тренировочного процесса и его результатов, основы самоконтроля в подготовке спортсменов, использование средств срочной обратной информации в спортивной тренировке, проектирование фрагментов учебно-тренировочных занятий контрольной направленности (выбор средств и методов контроля, соответствующих поставленным задачам и особенностям контингента).

7. Методические рекомендации по видам занятий

Организация учебной деятельности проводится с использованием образовательной технологии смешанного обучения – «Перевернутый класс». Видеолекции размещены в соответствующем курсе электронной образовательной среды БФУ им.И.Канта. Перед лекционным занятием студенты просматривают видео и отвечают на простые вопросы для экспресс-самоконтроля. Далее на лекционном занятии в аудитории преподаватель отвечает на возникшие вопросы, объясняет более подробно те части материала, которые вызвали затруднение в понимании или наибольший практический интерес у студентов. Затем на практических занятиях студенты под руководством преподавателя и во взаимодействии в группах разного состава выполняют переработку учебной информации – систематизируют средства и методы спортивной тренировки, анализируют практические примеры, выбирают формы занятий, средства и методы решения различных задач, проектируют фрагменты учебно-тренировочных занятий.

На отдельных видах занятий рекомендуются следующие особенности учебной деятельности:

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся следует вести конспектирование учебного материала, обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению, задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций. Желательно оставить в рабочих конспектах поля или области, где во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие

материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и анализ литературы и электронных источников, изучение учебника и учебных пособий, нормативных документов, методических материалов.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Сущность спорта и характер его теории Теория соревновательной деятельности Выявление индивидуальной спортивной предрасположенности Спортивная тренировка как основной педагогический процесс в спортивной подготовке Комплексный контроль в спорте	УК-1.1. УК-1.2 УК-1.3. ПК-3.1 ПК-3.2 ПК-4.1	Ориентировочный этап – устный опрос, тестирование
		Деятельностный этап – доклад-презентация
		Контрольно-корректировочный этап – письменные работы

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля

Ориентировочный этап – устный опрос, тестирование

Устный опрос проводится на практических занятиях семинарского типа. Примерный перечень вопросов для обсуждения:

- истоки спорта, функции спорта в обществе,

- структура спорта как вида социальной практики,
- профилирующие направления спорта,
- многообразие видов спорта,
- общенаучные и специальные категории в развитии знаний о спорте,
- теория спорта как наука,
- современная проблематика наук о спорте,
- методологические основы теории спорта,
- теория спорта в системе профессионального физкультурного образования
- представление о спортивном состязании и спортивном соревновании,
- соревновательная деятельность спортсмена,
- виды и системы соревнований,
- структура соревновательной деятельности в различных видах спорта,
- особенности проявления способностей и навыков спортсмена в условиях соревнований
- предпосылки успешности в соревновательной деятельности,
- исходные позиции для выявления индивидуальной спортивной предрасположенности,
- основные способы диагностики индивидуальной спортивной предрасположенности,
- функции отбора и спортивной ориентации в достижении спортивных результатов,
- проектирование долгосрочных целей спортивной подготовки
- понятие о спортивной тренировке как многолетнем педагогическом процессе,
- принципы становления спортивного мастерства,
- цели и задачи спортивной тренировки,
- структура и содержание спортивной тренировки,
- средства и методы спортивной тренировки,
- возрастные особенности применения средств и методов спортивной тренировки
- задачи, средства и методы физической подготовки
- задачи, средства и методы технической подготовки
- задачи, средства и методы тактической подготовки
- задачи, средства и методы психологической подготовки
- задачи, средства и методы интегральной подготовки
- задачи, средства и методы соревновательной подготовки
- роль контроля в обеспечении эффективности спортивной тренировки,
- виды и формы контроля в спортивной тренировке,
- основные средства и методы контроля в спорте,
- возрастные особенности применения средств и методов контроля качества учебно-тренировочного процесса и его результатов,
- самоконтроль в спортивной тренировке,
- использование средств срочной обратной информации в спортивной тренировке,
- особенности применения дидактических методов в спортивной тренировке,
- сущность и особенности применения повторного метода спортивной тренировки,
- сущность и особенности применения равномерного метода спортивной тренировки,
- сущность и особенности применения переменного метода спортивной тренировки,
- сущность и особенности применения интервального метода спортивной тренировки,
- сущность и особенности применения частично регламентированных методов спортивной тренировки,
- особенности применения методов обучения двигательным действиям в спортивной тренировке,
- сущность и особенности применения сопряженного метода совершенствования техники двигательных действий в спортивной тренировке,
- учебно-тренировочное занятие как основная форма элемента построения учебно-тренировочного процесса.

Тестирование проводится автоматизировано, с помощью платформы онлайн-обучения БФУ им.И.Канта, после завершения изучения каждого раздела дисциплины.

Примеры тестовых заданий:

Текст вопроса	Варианты ответов		Правильные ответы	Сложность
Как называют вид собственно соревновательной деятельности, отличающийся предметом состязания, обусловленным составом действий и способом ведения спортивной борьбы (спортивной техникой и тактикой), регламентом состязания и критерием достижений?	вид спорта		1	1
	соревнования			
	спортивные игры			
	спорт высших достижений			
К какому типу спорта относят предпринимательскую деятельность в сфере спортивных соревнований и подготовки к ним?	профессиональный		1	1
	любительский			
	массовый			
	адаптивный			
Сопоставьте виды спорта и тесты, результаты выполнения которых важны в оценке перспективности спортсменов:	гимнастика	бег на 5 м	1-4,2-3,3-2,4-1	3
	метание копья	тест Купера		
	стайерский бег	прыжок в длину		
	фехтование	челночный бег 3x10 м		
Для какого метода воспитания физических качеств спортсменов характерна однократная непрерывная работа с меняющейся интенсивностью?			2	1
	равномерный			
	переменный			
	интервальный			
Какое свойство эффективной спортивной техники совершенствуют с помощью включения в тренировочный процесс сбивающих факторов?	вариативность		2	1
	стабильность			
	пластичность			
	рациональность			

Деятельностный этап – доклад-презентация «Общая характеристика избранного вида спорта»

Доклад-презентация выполняется по стандартным техническим требованиям к оформлению презентации (читаемый шрифт, наличие титульного и заключительного слайдов, рациональное использование схем, иллюстраций, корректное цитирование). В структуре доклада должны присутствовать собственная позиция автора и элементы творческого представления информации. Файл (шаблон презентации) скачивается из соответствующего курса, представленного в электронной образовательной среде БФУ им.И.Канта. Далее шаблон (рис.1) заполняется собственным содержанием и отправляется в качестве ответа на задание. На практическом занятии студент выступает с докладом. Шкала оценки десяти бальная - один слайд без значительных ошибок дает один балл (или из 10 баллов вычитается число элементов с наличием существенных ошибок). Существенной/значительной ошибкой считается отсутствие информации по пункту структуры доклада, не актуальная информация или не соответствие информации общепринятой теории спортивной тренировки. Далее количество баллов суммируется, для получения оценки «зачтено» необходимо набрать не менее семи баллов.

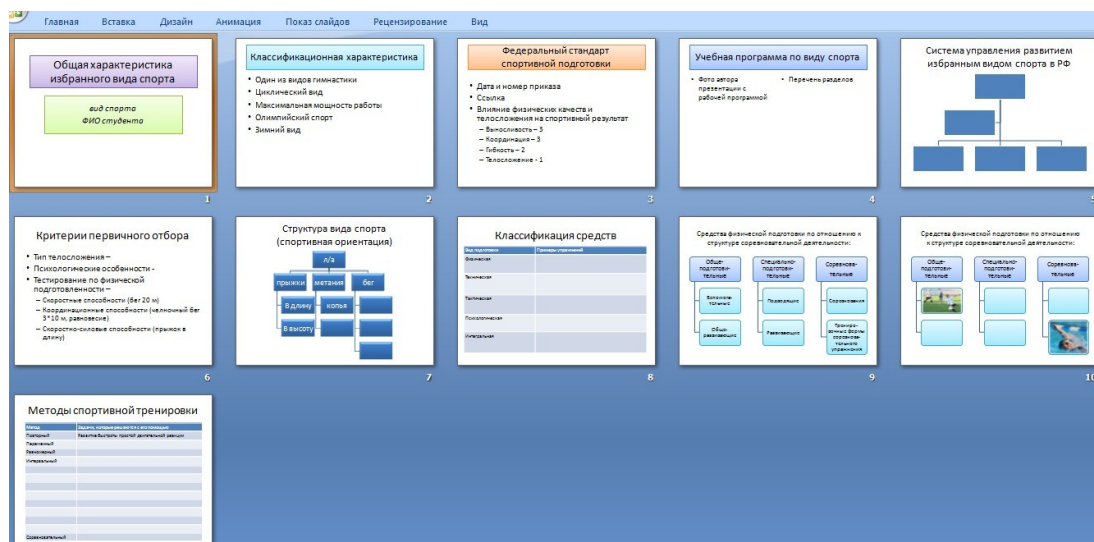


Рис.1 Шаблон для доклада-презентации.

Контрольно-корректировочный этап – письменные работы

Письменные работы проводятся с целью оценки и коррекции сформированных навыков анализа педагогической практики решения задач спортивной тренировки и проектирования фрагментов учебно-тренировочных занятий различной направленности.

Перечень письменных работ:

1. анализ практических примеров развития физических способностей спортсменов и обучения технике двигательных действий;
2. конспект фрагмента учебно-тренировочного занятия с преимущественной направленностью на решение задач физической подготовки;
3. конспект фрагмента учебно-тренировочного занятия с преимущественной направленностью на решение задач технической или тактической подготовки;
4. конспект фрагмента учебно-тренировочного занятия с использованием круговой тренировки.
5. конспект фрагмента учебно-тренировочного занятия с использованием средств и методов контроля эффективности спортивной тренировки.

Методические материалы по выполнению письменных работ:

Для анализа практических примеров решения задач спортивной подготовки студент выбирает из предложенного перечня или самостоятельно подбирает видеоматериалы, выполняет анализ педагогической деятельности и заполняет таблицу. Видеоматериал должен содержать запись выполняемых спортсменами упражнений, не более семи минут. Необходимо выбрать два фрагмента – один с преимущественной направленностью на развитие физических способностей спортсменов, другой – на обучение технике двигательных действий. Обратим внимание на то, что процесс обучения спортсменов технике включает в себя ряд этапов и никогда не может считаться завершенным (начальное разучивание, детализированное разучивание, закрепление и совершенствование). Возможно использование в качестве примеров сопряженного решения задач спортивной тренировки. Это должно быть не рекламное видео, в котором тренер сам показывает упражнения, следует подобрать примеры, в которых в какой-либо форме представлен реальный учебно-тренировочный процесс. В качестве примеров можно использовать следующие видео (или подобрать другие примеры, или записать собственное видео самостоятельно):

https://www.youtube.com/watch?v=enBwzi_rWc

<https://www.youtube.com/watch?v=N4AyTKkpxXE>

<https://www.youtube.com/watch?v=za6KXdyseNU>

<https://www.youtube.com/watch?v=0NDTAyzvaAw>
<https://www.youtube.com/watch?v=8B4I1UiP-d8>
<https://www.youtube.com/watch?v=fYdNjrfUs6M>
<https://www.youtube.com/watch?v=LCUmvIP3f4k>
<https://www.youtube.com/watch?v=FGLWClouSmo>
<https://www.youtube.com/watch?v=3DL5rw-czzA>
<https://www.youtube.com/watch?v=BVb-JplvsWo>
<https://www.youtube.com/watch?v=TCYW6wELz6o>
<https://www.youtube.com/watch?v=Sj8y0dNE1lg>
<https://www.youtube.com/watch?v=PAFnjBrC2k4>
<https://www.youtube.com/watch?v=xmvDhVrvvZ4>
https://www.youtube.com/watch?v=qE6s0_VQ9mM

Анализ практических примеров решения задач учебно-тренировочного процесса по виду спорта «название» (указать пол, возраст, уровень подготовленности спортсменов)

Структура анализа	Пример развития физических способностей спортсменов	Пример обучения спортсменов технике двигательных действий
Ссылка на видео		
задачи, которые решаются в данном примере		
другие задачи, которые возможно решать с помощью рассматриваемых средств и методов		
общая характеристика фрагмента тренировки (Ваше отношение, соответствие задачам тренировки, ограничения, правила применения средств и методов, условия, требования к безопасности, особенности контроля и дозировки нагрузки, преимущества перед другими средствами, возможности сочетания с другими средствами и методами и др.)		
выводы, замечания, рекомендации авторам		

Письменные работы по составлению конспектов учебно-тренировочных занятий составляются с соблюдением всех требований к планам-конспектам учебных занятий по физической культуре – составляются в виде таблицы с указанием содержания, дозировки, методических приемов и разъяснений по правильному и безопасному выполнению всех упражнений.

Критерии оценки качества плана-конспекта учебно-тренировочного занятия

Критерий	Качественное соответствие
Формулировка задач и планирование способов их решения	Сформулировано не менее трех задач, представлены задачи всех трех основных групп, сформулированные задачи в целом соответствуют возрастным особенностям занимающихся и рабочей программе, подобранные средства и методы позволяют в целом или частично решить все поставленные задачи, наблюдается взаимосвязь между решением поставленных задач
Структура и содержание урока	В целом прослеживается динамика нагрузки в соответствии с поставленными задачами урока, соблюдены правила определения последовательности упражнений, длительность и содержание подготовительной и заключительной части соответствует задачам урока и возрастным особенностям занимающихся, позволяет решить частные задачи этих частей урока. Рассчитано время выполнения каждого задания, время каждой части и общая длительность занятия. Предусмотрено сообщение задач, объяснение каждого задания, подведение итогов занятия, объяснение домашнего задания. Допускаются неточности в дозировке или порядке упражнений, методических указаниях – не противоречащие физиологическим особенностям занимающихся.
Терминология записи упражнений	В целом правильно использована терминология описания упражнений, команд, построений и перестроений. Допускаются ошибки (неточности) в описании исходных положений и основных движений, которые не искажают их смысл.
Планирование организации деятельности занимающихся	В конспекте четко прописана деятельность занимающихся в каждом упражнении, указаны методы организации, в том числе способы разделения на группы, индивидуальные задания. Предусмотрены варианты изменения деятельности в соответствии с возможными вариантами реакции занимающихся, способы оценки и взаимооценки деятельности занимающихся. Спланирована деятельность занимающихся по самоорганизации, взаимодействие с тренером-преподавателем и между учениками во время выполнения заданий. Допускаются неточности в определении способов дифференцирования и индивидуализации заданий.
Качество организационно-методических указаний	Организационно-методические указания кратко и информативно отражают особенности выполнения каждого задания, четко указывают способы обеспечения правильной техники движений или рационального способа выполнения задания, предусматривают способы предупреждения и исправления ошибок, способы индивидуализации дозировки или степени сложности упражнений. Допускаются ошибки и неточности в формулировках, не искажающие смысл действий занимающихся.

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

1. Истоки спорта, функции спорта в обществе,
2. Структура спорта как вида социальной практики,
3. Профилирующие направления спорта,
4. Многообразие видов спорта,
5. Общенаучные и специальные категории в развитии знаний о спорте,
6. Теория спорта как наука,
7. Современная проблематика наук о спорте,
8. Методологические основы теории спорта,

9. Теория спорта в системе профессионального физкультурного образования
10. Представление о спортивном состязании и спортивном соревновании,
11. Соревновательная деятельность спортсмена,
12. Виды и системы соревнований,
13. Структура соревновательной деятельности в различных видах спорта,
14. Особенности проявления способностей и навыков спортсмена в условиях соревнований
15. Предпосылки успешности в соревновательной деятельности,
16. Исходные позиции для выявления индивидуальной спортивной предрасположенности,
17. Основные способы диагностики индивидуальной спортивной предрасположенности,
18. Функции отбора и спортивной ориентации в достижении спортивных результатов,
19. Проектирование долгосрочных целей спортивной подготовки
20. Понятие о спортивной тренировке как многолетнем педагогическом процессе,
21. Принципы становления спортивного мастерства,
22. Цели и задачи спортивной тренировки,
23. Структура и содержание спортивной тренировки,
24. Средства и методы спортивной тренировки,
25. Возрастные особенности применения средств и методов спортивной тренировки,
26. Задачи, средства и методы физической подготовки,
27. Задачи, средства и методы технической подготовки,
28. Задачи, средства и методы тактической подготовки,
29. Задачи, средства и методы психологической подготовки,
30. Задачи, средства и методы интегральной подготовки,
31. Задачи, средства и методы соревновательной подготовки,
32. Роль контроля в обеспечении эффективности спортивной тренировки,
33. Виды и формы контроля в спортивной тренировке,
34. Основные средства и методы контроля в спорте,
35. Использование средств срочной обратной информации в спортивной тренировке,
36. Возрастные особенности применения средств и методов контроля качества учебно-тренировочного процесса и его результатов,
37. Основы самоконтроля в подготовке спортсменов,
38. Особенности применения дидактических методов в спортивной тренировке,
39. Сущность и особенности применения повторного метода спортивной тренировки,
40. Сущность и особенности применения равномерного метода спортивной тренировки,
41. Сущность и особенности применения переменного метода спортивной тренировки,
42. Сущность и особенности применения интервального метода спортивной тренировки,
43. Сущность и особенности применения частично регламентированных методов спортивной тренировки,
44. Особенности применения методов обучения двигательным действиям в спортивной тренировке,
45. Сущность и особенности применения сопряженного метода совершенствования техники двигательных действий в спортивной тренировке,
46. Учебно-тренировочное занятие как основная форма элемента построения учебно-тренировочного процесса.

Критерии оценки знаний обучающихся по результатам устных ответов:

№ п/п	Оценка	Критерии оценки
1.	«Отлично»	дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос; показана совокупность осознанных знаний об объекте изучения, доказательно раскрыты основные положения (свободно оперирует понятиями, терминами, персоналиями и др.); в ответе отслеживается четкая структура, выстроенная в логической последовательности; ответ изложен литературным грамотным языком; на возникшие вопросы преподавателя студент дает четкие, конкретные ответы, показывая умение выделять существенные и несущественные моменты материала.
2.	«Хорошо»	дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные моменты материала; ответ четко

		структурирован, выстроен в логической последовательности, изложен литературным грамотным языком; однако были допущены неточности в определении понятий, персоналий, терминов, дат и др.
3.	«Удовлетворительно»	дан неполный ответ на поставленный вопрос, логика и последовательность изложения имеют некоторые нарушения, допущены несущественные ошибки в изложении теоретического материала и употреблении терминов, персоналий; в ответе не присутствуют доказательные выводы; сформированность умений показана слабо, речь неграмотная.
4.	«Неудовлетворительно»	дан неполный ответ на поставленный вопрос, логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения, допущены существенные ошибки в теоретическом материале (фактах, понятиях, персоналиях); в ответе отсутствуют выводы, сформированность умений не показана, речь неграмотная.

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степени самостоятельности и инициативы	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо		71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно		55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для вузов физической культуры и спорта / Л. П. Матвеев. - 7-е изд. стер. - Москва: Спорт, 2020. - 342 с. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Чертов, Н. В. Теория и методика избранного вида спорта: учебное пособие / Н. В. Чертов; Южный федеральный университет. - Ростов-на-Дону; Таганрог: Издательство Южного федерального университета, 2022. - 154 с. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

Дополнительная литература

1. Губа, В. П. Основы спортивной подготовки. Методы оценки и прогнозирования. Морфобиомеханический подход: научно-метод. пособие/ В. П. Губа. - М.: Сов. спорт, 2012. - 382, [1] с.: ил., табл. - Вариант загл.: Методы оценки и прогнозирования. - Вариант загл.: Морфобиомеханический подход. - Библиогр.: с. 377-383 (143 назв.). Имеются экземпляры в отделах: Библиотека БФУ им.И.Канта, ч.з.№6 (1)
2. Никитушкин, В. Г. Теория и методика детско-юношеского спорта : учебник / В. Г. Никитушкин. - Москва : Спорт, 2021. - 328 с. - ISBN 978-5-907225-66-4. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
3. Сергиенко, Л. П. Спортивный отбор. Теория и практика/ Л. П. Сергиенко. - Москва: Сов. спорт, 2013. - 1048 с. - (Спорт без границ). - Библиогр. в конце. Имеются экземпляры в отделах: Библиотека БФУ им.И.Канта, ч.з.№6 (1)
4. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства [Электронный ресурс]: учеб. для вузов/ под ред. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - 5-е изд., стер.. - М.: Академия, 2012. - 1 эл. опт. диск (CD-ROM), 397 с.: ил.. - (Высшее профессиональное образование. Физическая культура и спорт). - Вариант загл.: Совершенствование мастерства. - Библиогр. в конце гл.. - Лицензия до 29.04.2018 г.. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС Кантиана (1)

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- НЭБ Национальная электронная библиотека
- eLIBRARY.RU
- ЭБС Консультант студента
- ООО «Проспект»
- ЭБС ZNANIUM.COM
- ЭБС «Айбукс»
- ЭБС РКИ
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов соответствующее ПО и антивирусное программное обеспечение.

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

Для проведения занятий лекционного типа, практических занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения практических занятий (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

4.2. Программа дисциплины «Система спортивной подготовки»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Система спортивной подготовки»	27
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	27
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	27
4. Виды учебной работы по дисциплине	27
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам	28
6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине	28
7. Методические рекомендации по видам занятий	30
8. Фонд оценочных средств	30
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	30
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	31
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	32
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	34
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	34
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	35
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	35
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	36

1. Наименование дисциплины: «Система спортивной подготовки».

Цель дисциплины – овладение студентами системой научно-практических знаний в рассматриваемой области и подготовка к их применению в будущей профессиональной деятельности согласно направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура профилю подготовки «Спортивная подготовка».

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ПК-2. Способен разрабатывать учебно-методическое обеспечение дополнительных образовательных программ спортивной подготовки	ПК-2.1 Определяет задачи учебно-методического обеспечения дополнительных образовательных программ, исходя из требований стандартов спортивной подготовки ПК-2.2 Анализирует педагогические практики для обеспечения учебно-методического обеспечения образовательной деятельности в сфере спортивной подготовки	Знать: структуру и содержание стандарта спортивной подготовки по избранному виду спорта, требования к структуре и содержанию дополнительной образовательной программы по виду спорта, основные критерии, средства и методы отбора, общие цели и задачи этапов спортивной подготовки, Уметь: конкретизировать цели и задачи этапов спортивной подготовки в избранном виде спорта, определять структуру подготовки в зависимости от задачи этапа, отбирать содержание разделов подготовки Владеть: способами анализа педагогических практик методического обеспечения образовательной деятельности в сфере спортивной подготовки, навыками планирования образовательной деятельности в системе спортивной подготовки

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Система спортивной подготовки» является частью модуля «Технологии спортивной подготовки». Данный модуль включен в блок дисциплин части учебного плана, формируемого участниками образовательных отношений.

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и практических занятиях (семинарского типа, в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Организационно-правовые основы системы спортивной подготовки	Структура управления отраслью, федеральное законодательство в области спортивной подготовки, федеральные стандарты спортивной подготовки, требования к разработке программ спортивной подготовки, функции, права и обязанности участников процесса спортивной подготовки, нормативно-правовое обеспечение спортивной подготовки, методическая деятельность тренера-преподавателя по виду спорта
2	Методическое сопровождение учебно-тренировочного процесса на разных этапах спортивной подготовки	Структура процесса спортивной подготовки, роль качества управления учебно-тренировочным процессом в достижении спортивных результатов, методические основы организации воспитательной работы, психологического сопровождения, судейской и инструкторской практики, проблемы формирования готовности спортсменов к соревновательной деятельности, взаимосвязь прогнозирования, планирования и контроля в деятельности тренера, проектирование годичного цикла подготовки для начального и тренировочного этапов спортивной подготовки

6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика занятий в контактной форме:

Рекомендуемая тематика учебных занятий *лекционного* типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Организационно-правовые основы системы спортивной подготовки	Структура управления отраслью, федеральное законодательство в области спортивной подготовки, федеральные стандарты спортивной подготовки, требования к разработке программ спортивной подготовки, функции, права и обязанности участников процесса спортивной подготовки, нормативно-правовое обеспечение спортивной подготовки, методическая деятельность тренера-преподавателя по виду спорта
2	Методическое сопровождение учебно-тренировочного процесса на разных этапах спортивной подготовки	Структура процесса спортивной подготовки, роль качества управления учебно-тренировочным процессом в достижении спортивных результатов, методические основы организации воспитательной работы, психологического сопровождения, судейской и инструкторской практики, проблемы формирования готовности спортсменов к соревновательной

		деятельности, взаимосвязь прогнозирования, планирования и контроля в деятельности тренера, проектирование годичного цикла подготовки для начального и тренировочного этапов спортивной подготовки

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Содержание темы занятия
1	Организационно-правовые основы системы спортивной подготовки	Структура управления отраслью, федеральное законодательство в области спортивной подготовки, федеральные стандарты спортивной подготовки, требования к разработке программ спортивной подготовки, функции, права и обязанности участников процесса спортивной подготовки, нормативно-правовое обеспечение спортивной подготовки, методическая деятельность тренера-преподавателя по виду спорта, правила составления структурных элементов программы спортивной подготовки
2	Методическое сопровождение учебно-тренировочного процесса на разных этапах спортивной подготовки	Структура процесса спортивной подготовки, роль качества управления учебно-тренировочным процессом в достижении спортивных результатов, методические основы организации воспитательной работы, психологического сопровождения, судейской и инструкторской практики, проблемы формирования готовности спортсменов к соревновательной деятельности, взаимосвязь прогнозирования, планирования и контроля в деятельности тренера, структура годичного цикла спортивной тренировки на разных этапах спортивной подготовки (этапы, периоды, циклы и правила распределения нагрузки и отдыха), проектирование годичного цикла подготовки для начального и тренировочного этапов спортивной подготовки

Тематика самостоятельной работы студентов

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Тематика самостоятельных работ
1	Организационно-правовые основы системы спортивной подготовки	Структура управления отраслью, федеральное законодательство в области спортивной подготовки, федеральные стандарты спортивной подготовки, требования к разработке программ спортивной подготовки, функции, права и обязанности участников процесса спортивной подготовки, нормативно-правовое обеспечение спортивной подготовки, правила составления структурных элементов программы спортивной подготовки, методическая деятельность тренера-преподавателя по виду спорта
2	Методическое сопровождение учебно-тренировочного процесса на разных этапах спортивной подготовки	Структура процесса спортивной подготовки, роль качества управления учебно-тренировочным процессом в достижении спортивных результатов, методические основы организации воспитательной работы,

	подготовки	психологического сопровождения, судейской и инструкторской практики, проблемы формирования готовности спортсменов к соревновательной деятельности, взаимосвязь прогнозирования, планирования и контроля в деятельности тренера, структура годичного цикла спортивной тренировки на разных этапах спортивной подготовки (этапы, периоды, циклы и правила распределения нагрузки и отдыха), проектирование годичного цикла подготовки для начального и тренировочного этапов спортивной подготовки на примере конкретного контингента

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Раздел 1. Организационно-правовые основы системы	ПК-2.1	Ориентировочный этап – устный опрос, тестирование

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
спортивной подготовки Раздел 2. Методическое сопровождение учебно-тренировочного процесса на разных этапах спортивной подготовки	ПК-2.2	Деятельностный этап – письменная работа, деловая игра
		Контрольно-корректировочный этап – проект годового цикла спортивной подготовки

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля

- **Устный опрос.** Проводится на практических занятиях семинарского типа. Студент должен продемонстрировать понимание сущности вопроса и его взаимосвязи с другими, привести практические примеры. Примерный перечень вопросов:

- Структура государственного управления в сфере спортивной подготовки
- Федеральное законодательство в области спортивной подготовки
- Федеральный стандарт спортивной подготовки как совокупность минимальных требований к спортивной подготовке
- Общие требования к разработке программ спортивной подготовки
- Структура программы спортивной подготовки, общая характеристика ее разделов
- Функции, права и обязанности участников педагогических процессов в спортивной подготовке
- Методическая деятельность тренера-преподавателя по виду спорта
- Структура спортивной подготовки как многолетнего процесса
- Роль управления учебно-тренировочным процессом в достижении спортивных результатов
- Методические основы организации воспитательной работы и психологического сопровождения
- Судейская и инструкторская практика в системе спортивной подготовки
- Проблемы формирования готовности спортсменов к соревновательной деятельности
- Взаимосвязь прогнозирования, планирования и контроля в деятельности тренера
- Общая характеристика начального этапа спортивной подготовки
- Общая характеристика тренировочного этапа спортивной подготовки
- Принципы проектирования годовых циклов тренировки для начального и тренировочного этапов спортивной подготовки
- Виды и общая характеристика макро-, мезо- и микроциклов спортивной тренировки
- Структура годового цикла тренировки на начальном этапе спортивной подготовки
- Структура годового цикла тренировки на тренировочном этапе спортивной подготовки

- **Тестирование.** Проводится автоматизировано, с помощью соответствующего курса, размещенного в электронной образовательной среде ВУЗа. Студент должен правильно ответить не менее, чем на 60 % вопросов. Примеры тестовых заданий:

Текст вопроса	Варианты ответов	Правильные ответы
К какому уровню структуры тренировочного процесса относится структура одного тренировочного занятия?	министруктура	2
	микроструктура	
	мезоструктура	
	макроструктура	

Сколько выходных дней в недельном микроцикле спортсмена, если этот микроцикл отражен формулой 3-1-3?	0		2
	1		
	2		
	3		
Какой из мезоциклов обеспечивает постепенность повышения интенсивности нагрузки в начале макроцикла?	втягивающий		1
	подводящий		
	базовый		
	шлифовочный		
Какой из видов мезоциклов является одним из основных для подготовительного периода?	восстановительно-тренирующий		4
	шлифовочный		
	соревновательный		
	общеподготовительный		
Какой из разделов программы спортивной подготовки включает информацию о предельных тренировочных нагрузках, минимальном и предельном объеме соревновательной деятельности, требования к количественному и качественному составу групп подготовки?	методическая часть		2
	нормативная часть		
	система контроля и зачетных требований		
	план физкультурных мероприятий и физкультурных мероприятий		

- **Письменная работа.** Студент дает развернутую характеристику стандарта спортивной подготовки и примеров программ, разработанных на его основе.

- **Деловая игра.** Студенты заранее получают задание с распределением ролей, готовят аргументы и возможные вопросы оппонентам. В ходе игры студенты, получившие роль экспертов, фиксируют результативность деятельности участников и определяют победителя. Пример тематики игр: распределение финансирования между спортивными школами или проектными группами.

- **Проект «Модель годового цикла учебно-тренировочного процесса для спортсменов в избранном виде спорта».** Пол, возраст, уровень квалификации и этап подготовки выбирается студентом самостоятельно (в рамках трех первых этапов подготовки – спортивно-оздоровительного, начального и тренировочного). Эти показатели должны присутствовать в названии проекта, например: План-график подготовки мальчиков- футболистов в возрасте 8-9 лет (группа начальной подготовки) или План-график подготовки волейболисток 3 юношеского разряда в соревновательном периоде годового цикла подготовки. Работа может быть выполнена в виде текстовой или электронной таблицы, с использованием графиков, диаграмм и других средств обеспечения наглядности. С примерами работ можно ознакомиться в электронном учебно-методическом комплексе, размещенном в электронно-информационной образовательной среде БФУ им.И.Канта (рис.2).

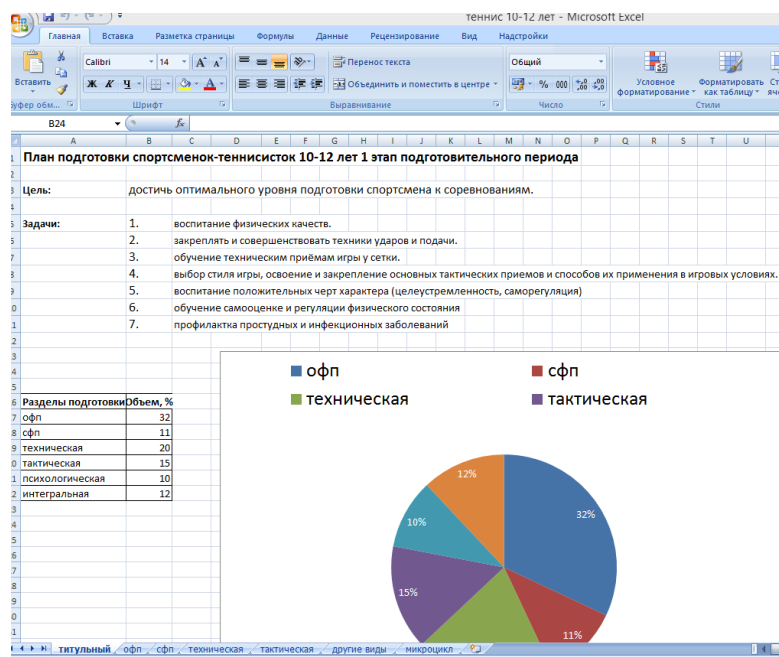


Рис. 2. Пример электронной таблицы для выполнения проекта.

Оцениваются следующие показатели –

- 1. формулировка цели и задач подготовки,
- 2. общая структура этапа (процентное соотношение разделов тренировки),
- 3. последовательность включения микроциклов (динамика объема, интенсивности и направленности нагрузок),
- 4. частные задачи (по разделам тренировки),
- 5. соответствие используемых средств и методов подготовки,
- 6. соответствие средств и методов контроля состояния спортсменов эффективности подготовки в целом,
- 7. качество микроструктуры на примере одного из микроциклов (последовательность решения задач и соответствие используемых средств);

Оценка каждого показателя проводится по трехбалльной шкале (0 – отсутствие показателя или его полное несоответствие теме, 1 – частичное соответствие содержания, 2 – показатель в целом соответствует, имеются не существенные отклонения, 3 – показатель представлен грамотно, полностью соответствует положениям теории и методики физической культуры). Для получения оценки «зачтено» необходимо, чтобы проект набрал не менее 10 баллов.

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

Примерный перечень вопросов к зачету:

1. Структура государственного управления в сфере спортивной подготовки
2. Федеральное законодательство в области спортивной подготовки
3. Федеральный стандарт спортивной подготовки как совокупность минимальных требований к спортивной подготовке
4. Общие требования к разработке программ спортивной подготовки
5. Структура программы спортивной подготовки, общая характеристика ее разделов
6. Функции, права и обязанности участников педагогических процессов в спортивной подготовке
7. Методическая деятельность тренера-преподавателя по виду спорта

8. Структура спортивной подготовки как многолетнего процесса
9. Роль управления учебно-тренировочным процессом в достижении спортивных результатов
10. Методические основы организации воспитательной работы и психологического сопровождения
11. Судейская и инструкторская практика в системе спортивной подготовки
12. Проблемы формирования готовности спортсменов к соревновательной деятельности
13. Взаимосвязь прогнозирования, планирования и контроля в деятельности тренера
14. Общая характеристика начального этапа спортивной подготовки
15. Общая характеристика тренировочного этапа спортивной подготовки
16. Принципы проектирования годичных циклов тренировки для начального и тренировочного этапов спортивной подготовки
17. Виды и общая характеристика макро-, мезо- и микроциклов спортивной тренировки
18. Структура годичного цикла тренировки на начальном этапе спортивной подготовки
19. Структура годичного цикла тренировки на тренировочном этапе спортивной подготовки

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степени самостоятельности и инициативы	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо		71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно		55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник для вузов физической культуры и спорта / Л. П. Матвеев. - 7-е изд. стер. - Москва : Спорт, 2020. - 342 с. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Чертов, Н. В. Теория и методика избранного вида спорта: учебное пособие / Н. В. Чертов; Южный федеральный университет. - Ростов-на-Дону; Таганрог: Издательство Южного федерального университета, 2022. - 154 с. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

Дополнительная литература

3. Губа, В. П. Основы спортивной подготовки. Методы оценки и прогнозирования. Морфобиомеханический подход: научно-метод. пособие/ В. П. Губа. - М.: Сов. спорт, 2012. - 382, [1] с.: ил., табл. - Вариант загл.: Методы оценки и прогнозирования. - Вариант загл.: Морфобиомеханический подход. - Библиогр.: с. 377-383 (143 назв.). Имеются экземпляры в отделах: Библиотека БФУ им.И.Канта, ч.з. №6 (1)
4. Никитушкин, В. Г. Теория и методика детско-юношеского спорта: учебник / В. Г. Никитушкин. - Москва: Спорт, 2021. - 328 с. - ISBN 978-5-907225-66-4. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
5. Сергиенко, Л. П. Спортивный отбор. Теория и практика/ Л. П. Сергиенко. - Москва: Сов. спорт, 2013. - 1048 с. - (Спорт без границ). - Библиогр. в конце. Имеются экземпляры в отделах: Библиотека БФУ им.И.Канта, ч.з. №6 (1)
6. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства [Электронный ресурс]: учеб. для вузов/ под ред. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - 5-е изд., стер. - М.: Академия, 2012. - 1 эл. опт. диск (CD-ROM), 397 с.: ил. - (Высшее профессиональное образование. Физическая культура и спорт). - Вариант загл.: Совершенствование мастерства. - Библиогр. в конце гл. - Лицензия до 29.04.2018 г. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС Кантиана (1)

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- НЭБ Национальная электронная библиотека
- eLIBRARY.RU
- ЭБС Консультант студента
- ООО «Прспект»
- ЭБС ZNANIUM.COM
- ЭБС «Айбукс»
- ЭБС РКИ
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов ПО, соответствующее стандартным учебным задачам.
-

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

Для проведения занятий лекционного типа, практических занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения –

мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения практических занятий (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

4.3. Программа дисциплины «Школьный и студенческий спорт»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Школьный и студенческий спорт»	38
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	38
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	38
4. Виды учебной работы по дисциплине	38
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам	39
6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине	39
7. Методические рекомендации по видам занятий	41
8. Фонд оценочных средств	41
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	42
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	42
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	43
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	44
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	45
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	45
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	45
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	46

1.Наименование дисциплины: «Школьный и студенческий спорт».

Цель дисциплины – формирование способности проектировать деятельность по организации школьного и студенческого спорта.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ПК-2	ПК-2.1 Определяет задачи учебно-методического обеспечения дополнительных образовательных программ, исходя из требований стандартов спортивной подготовки ПК-2.2 Анализирует педагогические практики для обеспечения учебно-методического обеспечения образовательной деятельности в сфере спортивной подготовки	Знать: организационные основы планирования, организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий со школьниками и студентами Уметь: организовывать и реализовывать физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия в системе дополнительного образования детей Владеть: технологиями организации физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий
ПК-3	ПК-3.1 Выявляет актуальные технологии реализации учебно-тренировочных процессов ПК-3.2 Использует обоснованные организационные формы, методы и средства обучения и воспитания, исходя из целей и задач спортивной подготовки	Знать: требования законодательства РФ по созданию образовательной среды для реализации мероприятий в системе школьного и студенческого спорта Уметь: использовать современные образовательные и цифровые технологии для организации и проведения учебно-тренировочных занятий в системе школьного и студенческого спорта Владеть: методикой проведения занятий и технологиями организации мероприятий в системе школьного и студенческого спорта

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Школьный и студенческий спорт» является частью блока дисциплин вариативной части учебного плана в составе модуля «Технологии спортивной подготовки»

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и практических занятиях (семинарского типа, в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Школьный и студенческий спорт в РФ	Школьный и студенческий спорта в законодательстве Российской Федерации. Нормативно-правовое регулирование.
2	Планирование и организация массовых физкультурно-спортивных мероприятий	Планирование и организация массовых физкультурно-спортивных мероприятий для школьников с учетом календарных планов массовых физкультурных и массовых спортивных мероприятий (всероссийских, региональных, муниципальных)
3	Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО) в образовательных организациях	Планирование и проведение мероприятий в рамках ВФСК ГТО в общеобразовательных организациях, профессиональных образовательных организациях и организациях высшего образования
4	Медицинское сопровождение мероприятий	Организация и контроль медицинского сопровождения массовых физкультурных и массовых спортивных мероприятий для школьников
5	Организация физкультурно-оздоровительных и спортивных занятий со школьниками и студентами	Проектирование внеучебных занятий в образовательных организациях на основе современных спортивно-образовательных технологий
6	Контроль и оценка реализации мероприятий в системе школьного и студенческого спорта	Контроль реализации и оценка эффективности массовых физкультурных и массовых спортивных мероприятий, разработка предложений по развитию физкультурно-массовой работы со школьниками и студентами

6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика учебных занятий *лекционного* типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Школьный и студенческий спорт в РФ	Школьный и студенческий спорта в законодательстве Российской Федерации. Нормативно-правовое регулирование.
2	Планирование и организация массовых физкультурно-спортивных мероприятий	Планирование и организация массовых физкультурно-спортивных мероприятий для школьников с учетом календарных планов массовых физкультурных и массовых спортивных мероприятий (всероссийских, региональных, муниципальных)
3	Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО) в образовательных организациях	Планирование и проведение мероприятий в рамках ВФСК ГТО в общеобразовательных организациях, профессиональных образовательных организациях и организациях высшего образования

4	Медицинское сопровождение мероприятий	Организация и контроль медицинского сопровождения массовых физкультурных и массовых спортивных мероприятий для школьников
5	Организация физкультурно-оздоровительных и спортивных занятий со школьниками и студентами	Проектирование внеучебных занятий в образовательных организациях на основе современных спортивно-образовательных технологий
6	Контроль и оценка реализации мероприятий в системе школьного и студенческого спорта	Контроль реализации и оценка эффективности массовых физкультурных и массовых спортивных мероприятий, разработка предложений по развитию физкультурно-массовой работы со школьниками и студентами

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Планирование и организация массовых физкультурно-спортивных мероприятий	Планирование и организация массовых физкультурно-спортивных мероприятий для школьников с учетом календарных планов массовых физкультурных и массовых спортивных мероприятий (всероссийских, региональных, муниципальных)
2	Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО) в образовательных организациях	Планирование и проведение мероприятий в рамках ВФСК ГТО в общеобразовательных организациях, профессиональных образовательных организациях и организациях высшего образования
3	Организация физкультурно-оздоровительных и спортивных занятий со школьниками и студентами	Проектирование внеучебных занятий в образовательных организациях на основе современных спортивно-образовательных технологий
4	Контроль и оценка реализации мероприятий в системе школьного и студенческого спорта	Контроль реализации и оценка эффективности массовых физкультурных и массовых спортивных мероприятий, разработка предложений по развитию физкультурно-массовой работы со школьниками и студентами

Тематика самостоятельной работы студентов

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Школьный и студенческий спорт в РФ	Школьный и студенческий спорта в законодательстве Российской Федерации. Нормативно-правовое регулирование.
2	Планирование и организация массовых физкультурно-спортивных мероприятий	Планирование и организация массовых физкультурно-спортивных мероприятий для школьников с учетом календарных планов массовых физкультурных и массовых спортивных мероприятий (всероссийских, региональных, муниципальных)

3	Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО) в образовательных организациях	Планирование и проведение мероприятий в рамках ВФСК ГТО в общеобразовательных организациях, профессиональных образовательных организациях и организациях высшего образования
4	Медицинское сопровождение мероприятий	Организация и контроль медицинского сопровождения массовых физкультурных и массовых спортивных мероприятий для школьников
5	Организация физкультурно-оздоровительных и спортивных занятий со школьниками и студентами	Проектирование внеучебных занятий в образовательных организациях на основе современных спортивно-образовательных технологий
6	Контроль и оценка реализации мероприятий в системе школьного и студенческого спорта	Контроль реализации и оценка эффективности массовых физкультурных и массовых спортивных мероприятий, разработка предложений по развитию физкультурно-массовой работы со школьниками и студентами

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п. Следует обратить особое внимание на технику выполнения гимнастических упражнений. В ходе занятия необходимо многократное повторение движений, при котором следует прилагать максимальные усилия по улучшению качества техники (так как в самостоятельной работе большинство двигательных действий выполнять не рекомендуется, в связи с высоким риском травматизма необходим постоянный контроль и страховка со стороны преподавателя).

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми

компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Школьный и студенческий спорт в РФ Планирование и организация массовых физкультурно-спортивных мероприятий Всероссийский физкультурно-спортивный комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО) в образовательных организациях Медицинское сопровождение мероприятий Организация физкультурно-оздоровительных и спортивных занятий со школьниками и студентами Контроль и оценка реализации мероприятий в системе школьного и студенческого спорта	ПК-2.1. ПК-2.2. ПК-3.1. ПК-3.2.	Реферат, проект, конспект занятия, реализация мероприятия.

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля

Реферат

Примерные темы для реферата:

1. Влияние занятий спортом на успеваемость и социальную адаптацию студентов
2. Развитие студенческого спорта в России: история и современность
3. Программы поддержки молодых спортсменов в образовательных учреждениях
4. Организация спортивных мероприятий в школах и вузах: проблемы и перспективы
5. Здоровый образ жизни как часть образовательной программы в школах и университетах
6. Спортивные секции и клубы в школьной и студенческой среде: функции и значение
7. Психологические аспекты занятий спортом у школьников и студентов
8. Спорт и лидерство: формирование лидерских качеств через спортивную деятельность
9. Влияние международных студенческих спортивных соревнований на межкультурное общение
10. Технологии в спорте: использование современных инноваций для тренировок школьников и студентов

Проект массового физкультурно-оздоровительного или спортивного мероприятия для школьников или студентов

Требования к разработке проекта:

1. Цели и задачи мероприятия: Чётко определите, что вы хотите достичь с помощью мероприятия. Это может быть улучшение физического здоровья участников, развитие командного духа, или популяризация здорового образа жизни.
2. Целевая аудитория: Определите возрастные группы школьников и студентов, для которых будет организовано мероприятие.
3. Программа мероприятия: Разработайте подробную программу, включающую виды спорта и физические упражнения, которые будут доступны участникам.
4. Ресурсы: Оцените необходимые ресурсы, такие как спортивное оборудование, площадки для мероприятий, тренерский состав и волонтеры.
5. Безопасность: Обеспечьте соответствие всем нормам безопасности, включая наличие медицинского персонала и средств первой помощи на месте проведения.
6. Партнёрства: Рассмотрите возможность сотрудничества с местными спортивными клубами, образовательными учреждениями и органами здравоохранения.
7. Маркетинг и привлечение участников: Создайте план по привлечению участников и информированию общественности о мероприятии через различные каналы коммуникации.
8. Оценка и обратная связь: Предусмотрите механизмы для оценки эффективности мероприятия и сбора обратной связи от участников для улучшения будущих мероприятий.

Составление конспектов внеучебных занятий

Конспекты внеучебных занятий составляются студентом по завершению каждого практического занятия согласно тематическому плану. Конспект составляется в соответствии с общими требованиями:

Критерий	Качественное соответствие
Формулировка задач урока и планирование способов их решения	Сформулировано не менее трех задач, представлены задачи всех трех основных групп, сформулированные задачи в целом соответствуют возрастным особенностям занимающихся и учебной программе, подобранные средства и методы позволяют в целом или частично решить все поставленные задачи, наблюдается взаимосвязь между решением поставленных задач
Структура и содержание занятия	В целом прослеживается динамика нагрузки в соответствии с поставленными задачами урока, соблюдены правила определения последовательности упражнений, длительность и содержание подготовительной и заключительной части соответствует задачам урока и возрастным особенностям занимающихся, позволяет решить частные задачи этих частей урока. Рассчитано время выполнения каждого задания, время каждой части и общая длительность урока. Предусмотрено сообщение задач, объяснение каждого задания, подведение итогов занятия, объяснение домашнего задания. Допускаются неточности в дозировке или порядке упражнений, методических указаниях – не противоречащие физиологическим особенностям занимающихся.
Терминология записи упражнений	В целом правильно использована терминология описания упражнений, команд, построений и перестроений. Допускаются ошибки (неточности) в описании исходных положений и основных движений, которые не искажают их смысл.
Планирование организации деятельности занимающихся	В конспекте четко прописана деятельность занимающихся в каждом упражнении, указаны методы организации, в том числе способы разделения на группы, индивидуальные задания. Предусмотрены варианты изменения деятельности в соответствии с возможными вариантами реакции занимающихся, способы оценки и взаимооценки деятельности занимающихся. Спланирована

	деятельность занимающихся по самоорганизации, взаимодействие с преподавателем и между учениками во время выполнения заданий. Допускаются неточности в определении способов дифференцирования и индивидуализации заданий.
Качество организационно-методических указаний	Организационно-методические указания кратко и информативно отражают особенности выполнения каждого задания, четко указывают способы обеспечения правильной техники движений или рационального способа выполнения задания, предусматривают способы предупреждения и исправления ошибок, способы индивидуализации дозировки или степени сложности упражнений. Допускаются ошибки и неточности в формулировках, не искажающие смысл действий занимающихся.

Реализация мероприятия

Необходимо реализовать свой проект с определенной категорией обучающихся.

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

1. История развития школьного и студенческого спорта в РФ.
2. Основные цели и задачи школьного и студенческого спорта.
3. Влияние занятий спортом на физическое и психологическое состояние учащихся.
4. Организация спортивных мероприятий в образовательных учреждениях.
5. Правила безопасности при проведении спортивных занятий и соревнований.
6. Роль учителя физической культуры в развитии студенческого спорта.
7. Программы и методики обучения различным видам спорта в школе и вузе.
8. Анализ эффективности спортивных программ в образовательных учреждениях.
9. Современные тенденции и инновации в школьном и студенческом спорте.
10. Проблемы и перспективы развития школьного и студенческого спорта

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает низжестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степенью самостоятельности и инициативы	<i>Включает низжестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо		71-85

Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно		55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Физическая культура и спорт в системе образования. Инновации и перспективы развития: сборник научных трудов / . - Санкт-Петербург: Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2020. - 316 с. - ISBN 978-5-288-06069-4. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1840333>
2. Филиппова, Ю. С. Физическая культура: учебно-методическое пособие / Ю.С. Филиппова. — Москва: ИНФРА-М, 2023. — 197 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-015948-5. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/1905554>

Дополнительная литература

1. Бароненко, В. А. Здоровье и физическая культура студента : учеб. пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. — 2-е изд., пере-раб. - М.: Альфа-М : ИНФРА-М, 2018. - 336 с.: ил. - ISBN 978-5-98281-157-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/927378>
2. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04 декабря 2007 г. № 329-ФЗ
3. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ
4. Федеральный закон «О молодежной политике в Российской Федерации» от 30 декабря 2020 г. № 489-ФЗ
5. Физическая культура и спорт в системе образования. Инновации и перспективы развития : сборник научных трудов / . - Санкт-Петербург : Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2020. - 316 с. - ISBN 978-5-288-06069-4. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1840333>

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- НЭБ Национальная электронная библиотека, диссертации и прочие издания
- eLIBRARY.RU Научная электронная библиотека, книги, статьи, тезисы докладов конференций
- ЭБС ZNANIUM.COM
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;

- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов ПО, соответствующее стандартным учебным задачам.

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

Для проведения занятий лекционного типа, практических и семинарских занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения лабораторных работ, (практических занятий – при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

4.4. Программа дисциплины «Судейский практикум»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Судейский практикум»	48
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	48
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	49
4. Виды учебной работы по дисциплине	49
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам	49
6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине	49
7. Методические рекомендации по видам занятий	52
8. Фонд оценочных средств	54
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	54
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	54
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	55
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	56
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	57
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	58
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	58
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	59

1. Наименование дисциплины: «Судейский практикум».

Цель дисциплины – формирование знаний по организации и проведению соревнований, методических и практических умений и навыков по судейству соревнований по базовым видам спорта.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код и содержание компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
<i>УК-1. Способен к формированию собственного жизненно-образовательного маршрута на основе критического мышления, целеполагания, стратегии достижения цели (в том числе в проектом типе деятельности) в условиях создания безопасной среды, с учетом традиционных российских духовно-нравственных ценностей и целей национального развития, в процессе социального взаимодействия</i>	<i>УК-1.1. Выбирает источники информации, осуществляет поиск информации и определяет рациональные идеи для решения поставленных задач</i> <i>УК.1.4. Демонстрирует умения работы в команде в соответствии с распределением ролей при реализации проекта</i>	Знать: структуру социального взаимодействия и командной работы; последствия личных действий и меры ответственности при организации судейства базовых видов спорта. Уметь: осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде; нести личную ответственность за результат командной работы при организации спортивных соревнований по базовым видам спорта. Владеть: навыками социального взаимодействия и реализации своей роли в командной работе по организации и проведению соревнований по базовым видам спорта.
<i>ПК-1. Способен самостоятельно приобретать и использовать в практической деятельности новейшие и технологические достижения в области саморазвития и/или построения карьеры и/или педагогики</i>	<i>ПК-1. Анализирует приоритеты собственного профессионального роста и личностного развития</i>	Знать: требования к подготовленности и оценке качества работы судей при организации соревнований по базовым видам спорта. Уметь: определять приоритеты собственного профессионального роста и личностного развития в выполнении функций судьи соревнований по базовым видам спорта. Владеть: способами освоения профессиональных знаний и умений в области судейства спортивных соревнований.
<i>ПК-3. Способен использовать в учебно-тренировочном процессе</i>	<i>ПК-3.1 Выявляет актуальные технологии реализации учебно-тренировочных процессов</i>	Знать: роль спортивных соревнований как средства обучения, воспитания и контроля результатов учебно-тренировочного процесса для разных целевых аудиторий

<i>педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся</i>	<i>ПК-3.2 Использует обоснованные организационные формы, методы и средства обучения и воспитания, исходя из целей и задач спортивной подготовки</i>	Уметь: выбирать обоснованные организационные формы спортивных соревнований, исходя из целей спортивной подготовки Владеть: актуальной судейской техникой в базовых видах спорта

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Судейский практикум» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений, представляет собой дисциплину модуля «Технологии спортивной подготовки».

4. Виды учебной работы по дисциплине

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и практических занятиях (семинарского типа, в том числе в виде групповой работы). Самостоятельная работа включает участие в судействе спортивных соревнований. Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Организация и судейство соревнований по базовым видам спорта	Нормативно-правовое обеспечение соревновательной деятельности. Функции проводящей организации. Ответственность сторон. Деятельность главного судьи. Документация планирования и отчетности о проведении соревнований по базовым видам спорта. Правила составления заявок, подачи апелляций. Кодекс спортивной этики. Техника безопасности при проведении соревнований. Положение о соревнованиях, правила определения системы розыгрыша, составления календаря и расписания соревнований. Способы проведения соревнований
2	Методика судейства соревнований по базовым видам	Правила соревнований по видам спорта, состав и функции судейской коллегии, техника и механика судейства, жесты и перемещения судей.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика лекционных занятий:

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Организация и судейство соревнований по базовым видам спорта.	Нормативно-правовое обеспечение соревновательной деятельности. Функции проводящей организации. Ответственность сторон. Деятельность главного судьи. Документация планирования и отчетности о проведении соревнований по базовым видам спорта. Правила

		составления заявок, подачи апелляций. Кодекс спортивной этики. Техника безопасности при проведении соревнований. Положение о соревнованиях, правила определения системы розыгрыша, составления календаря и расписания соревнований. Способы проведения соревнований
2	Методика судейства соревнований по базовым видам	Правила соревнований по видам спорта, состав и функции судейской коллегии, техника и механика судейства, жесты и перемещения судей.

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
<i>Раздел 1. Организация судейства и проведение соревнований по базовым видам спорта.</i>		
1	Тема 1. Организация соревнований по игровым видам спорта	Система соревнований, классификация соревнований, системы розыгрыша соревнований. Значение соревнований. Положение о соревнованиях.
2	Тема 2. Основы организации судейства, правила игры баскетбол и их интерпретация.	Тенденции развития правил и судейства баскетбола. Общие положения о судьях, состав судейской бригады. Старший судья – обязанности и права, судьи – обязанности и права, секретарь и помощник, обязанности секундометриста и оператора 24-х секунд. Перемещения судей в игре.
3	Тема 3. Основы организации судейства, правила игры волейбол и их интерпретация.	Тенденции развития правил и судейства волейбола. Общие положения о судьях, состав судейской бригады. Основные правила игры и требования к судьям. Обязанности старшего судьи, судьи, судей на линиях. Секретарь, его обязанности. Объявление счета. Перемещения судей в игре
4	Тема 4. Основы организации судейства, правила игры футбол и их интерпретация.	Тенденции развития правил и судейства футбола. Общие положения о судьях, состав судейской бригады. Основные правила игры. Требования к судейской бригаде. Основные обязанности судей. Главный судья, помощники, их обязанности. Резервный судья. Перемещения судей в игре.
<i>Раздел . Методика судейства соревнований по базовым видам спорта</i>		
5	Тема 5. Техника и механика судейства в баскетболе	Жесты и процедуры: нарушения, фолы, фолы в команде, фол и заброшенный мяч, обоюдный фол, смена позиций после фолов, расположение судей после фолов. Ведомый судья и ведущий судья – расположение и зоны ответственности. Время и место для принятия решений. Взаимодействие судей на площадке. Обязанности при несоблюдении правил. Травмы судей. Секретарь и помощник секретаря, их обязанности. Ошибки в протоколах. Правила ведения протоколов игры по баскетболу. Условные обозначения в протоколе. Типы фолов в протоколе. Текущий счет в протоколе. Окончание игры и итоговый счет. Порядок проверки и

		подписания протоколов. Исправляемые ошибки в протоколе. Процедура подачи протеста. Процедура заполнения протокола матча.
6	Тема 6. Техника и механика судейства в волейболе	Жесты судей в волейболе. Перемещения судей. Правила ведения протокола игры по волейболу. Порядок и время заполнения протокола. Проверка расстановки и номеров. Условные обозначения в протоколе. Последовательность жестов для первого и второго судей. Взаимодействие судей на площадке. Процедура ведения протокола волейбольного матча.
7	Тема 7. Техника и механика судейства в футболе	Жесты судей в футболе. Взаимодействие судей на поле. Правила ведения протокола матча. Порядок и время заполнения протокола. Условные обозначения в протоколе. Взаимодействие судей в футболе.

Рекомендуемая тематика самостоятельной работы:

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
<i>Раздел 1. Организация судейства и проведение соревнований по базовым видам спорта.</i>		
1	Тема 1. Организация соревнований по игровым видам спорта	Значение соревнований. Соревнования и соревновательная деятельность. Системы соревнований. Этапы организации соревнований.
2	Тема 2. Основы организации судейства, правила игры баскетбол и их интерпретация.	Схема организации и проведения соревнований по баскетболу. Совещание судей и представителей. Отчет главного судьи. Подведение итогов после соревнований.
3	Тема 3. Основы организации судейства, правила игры волейбол и их интерпретация.	Схема организации и проведения соревнований по волейболу. Совещание судей и представителей. Отчет главного судьи. Подведение итогов после соревнований.
4	Тема 4. Основы организации судейства, правила игры футбол и их интерпретация.	Схема организации и проведения соревнований по футболу. Совещание судей и представителей. Отчет главного судьи. Подведение итогов после соревнований.
<i>Раздел . Методика судейства соревнований по базовым видам спорта</i>		
5	Тема 5. Техника и механика судейства в баскетболе	Требования к подготовке судей, подача сигналов, жестикуляция, выбор места, поведение судьи и взаимодействие с игроками. Владение свистком, владение жестами, перемещение судей на площадке. Этика судейства. Оборудование мест соревнований и меры безопасности при проведении соревнований. Особенности проведения соревнований с различным контингентом участников.
6	Тема 6. Техника и механика судейства в	Требования к подготовке судей, подача сигналов, жестикуляция, выбор места, поведение судьи и

	волейболе	взаимодействие с игроками. Владение свистком, владение жестами, перемещение судей на площадке. Этика судейства. Оборудование мест соревнований и меры безопасности при проведении соревнований. Особенности проведения соревнований с различным контингентом участников.
7	Тема 7. Техника и механика судейства в футболе	Требования к подготовке судей, подача сигналов, жестикуляция, выбор места, поведение судьи и взаимодействие с игроками. Владение свистком, владение жестами, перемещение судей на поле. Этика судейства. Оборудование мест соревнований и меры безопасности при проведении соревнований. Особенности проведения соревнований с различным контингентом участников.

7. Методические рекомендации по видам занятий

Освоение данной дисциплины в полном объеме позволит в профессиональной деятельности на высоком уровне организовывать и проводить соревнования по игровым видам спорта как с учащимися общеобразовательных школ, так и с детьми в оздоровительных детских лагерях.

Методические указания для студентов при подготовке к практическим занятиям.

При подготовке к занятиям следует использовать основную литературу из представленного списка, а также руководствоваться приведенными указаниями и рекомендациями. Для наиболее глубокого освоения дисциплины рекомендуется изучать литературу, обозначенную как «дополнительная» в представленном списке.

На семинарских занятиях приветствуется активное участие в обсуждении конкретных ситуаций, способность на основе полученных знаний находить наиболее эффективные решения поставленных проблем возникающих при судействе игровых видов спорта, уметь находить полезный дополнительный материал по тематике занятий. Общие рекомендации. Проработать конспект лекций; Ответить на вопросы плана семинарского занятия; Выполнить домашнее задание; При затруднениях сформулировать вопросы к преподавателю.

Внеаудиторная самостоятельная работа студентов (далее самостоятельная работа студентов) – планируемая учебная работа студентов, выполняемая во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

Основными видами самостоятельной работы студентов при изучении дисциплины являются:

- изучение дисциплины или её отдельных тем (вопросов) по литературным источникам (учебникам, учебно-методической литературе, Интернету и т.п.);
- конспектирование;
- подготовка к занятиям;
- составление сравнительных таблиц;
- выполнение презентаций.

Процесс организации самостоятельной работы студентов включает в себя следующие этапы:

1. Подготовительный (определение целей, составление плана самостоятельной работы студентов, подготовка методического обеспечения, подготовка оборудования).
2. Основной (реализация плана, использование приемов поиска информации, усвоения, переработки, применения и передачи знаний, фиксирование результатов, самоорганизация процесса работы).
3. Заключительный (оценка значимости и анализ результатов, их систематизация, оценка

эффективности плана и приемов работы, контроль качества обучения и выводы о направлениях совершенствования организации самостоятельной работы).

Последовательность выполнения самостоятельной работы. Получить у преподавателя индивидуальное задание.

Найти литературные источники и изучить их (в библиотеке, сети интернет и т.п.) Оформить работу в соответствии с требованиями преподавателю.

Представить работу на практическом занятии.

Методические рекомендации к работе по поиску информации в Интернете

Поиск и сбор информации в Интернете нуждаются в планировании. Ошибочная логика построения запроса, неоптимизированная последовательность применения инструментов поиска, попытки ускорить поиск - все это не просто затягивает получение результата, но может поставить под угрозу смысл поисковой работы. Начинать необходимо со всестороннего лексического анализа искомой информации. Следует использовать любое, достаточно достоверное и подробное описание исследуемого вопроса для получения первичных сведений. Таким источником вполне может стать как узкоспециальный справочник, так и электронная энциклопедия общего профиля. На основе изученного материала необходимо сформировать максимально широкий набор ключевых слов в виде отдельных терминов, словосочетаний, профессиональной лексики, сленга, слов-клише и устойчивых словесных штампов, при необходимости на нескольких языках. Заранее следует определить и возможные уточнения поискового запроса - редкие слова, синонимы и антонимы, названия и фамилии, тесно связанные с искомым вопросом. Желательно также заранее предусмотреть возможные нерелевантные отклики на запросы, то есть возможные характеристики поискового шума. После накопления этих предварительных данных можно перейти к получению первичной информации из Интернета.

Основная задача этой стадии учесть особенности Интернета, который является не только носителем технологий, но и традиций, и собственной этики. Сетевая лексика, сленг и написание общеупотребительных слов здесь могут отличаться от принятых. Сведения о наличии в Интернете необходимых данных лучше всего искать в ранее известном каталоге, поддерживающем поиск по ключевым словам. После лексического анализа информации наступает технологический этап. Выбор информационного поля Интернета и поисковых инструментов производится на основе вышеизложенных подходов. Используются тестовые запросы из одного-двух ключевых слов или фразы, затем анализируется количественный отклик. Содержательный анализ данных позволяет корректировать запросы по релевантности отклика. В результате тестирования выясняются наиболее представительные источники информации, после чего следует уточнить последовательность применения поисковых инструментов. На этом этап планирования завершается.

Методические рекомендации по подготовке презентаций.

Не перегружать слайд информацией. Шире использовать графическую информацию - там, где можно заменить текст рисунком, это следует делать. Не нужно перегружать аудиторию слишком частой сменой слайдов. На 5 минут выступления должно приходиться не более 5 слайдов. На одном слайде нельзя использовать более 3 шрифтов. При этом курсив и жирный являются в этом случае отдельными шрифтами. То же касается цвета - недопустимо использовать более 3 цветов. Синий и голубой при этом считаются разными цветами. Дело не только во вкусе или эстетике. Речь идет о восприятии информации. Использовать шрифт без засечек. Шрифт без засечек воспринимается легче. Засечки - это элементы украшения, поперечные черточки вверху и внизу букв. Например, шрифт Times New Roman - с засечками, а Arial - без. Не дублировать информацию. Слайды не должны полностью содержать тот текст, который проговаривается устно.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции и (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Раздел 1. Организация и проведение соревнований по базовым видам спорта.	УК-1.1 УК-1.4 ПК-1.1 ПК-3.1 ПК-3.2 ПК-3.3	ориентировочный - тестирование деятельностный - контрольные работы – календарь игр, проект «Положение о соревнованиях» контрольно-корректировочный – практическое судейство соревнований, устный зачет
Раздел 2. Методика судейства соревнований по базовым видам	УК-1.1 УК-1.4 ПК-1.1 ПК-3.1 ПК-3.2 ПК-3.3	ориентировочный - тестирование деятельностный - контрольные работы контрольно-корректировочный – практическое судейство соревнований, устный зачет

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля

Типовые тестовые задания:

Текст вопроса	Варианты ответов	Правильный ответ				
Что обозначает представленный жест бокового судьи? 	<table><tr><td>вбрасывание</td></tr><tr><td>замена</td></tr><tr><td>угловой удар</td></tr><tr><td>удар от ворот</td></tr></table>	вбрасывание	замена	угловой удар	удар от ворот	2
вбрасывание						
замена						
угловой удар						
удар от ворот						

Тестирование проводится в автоматизированной форме (в электронно-информационной среде БФУ им. И.Канта). Тестовые задания в закрытой форме при необходимости выбора единственного верного ответа имеют круглый селектор, при множественном выборе – квадратный. Используются также задания на сопоставление

вариантов и в открытой форме с вводом короткого ответа (одним словом). Для получения оценки «зачтено» необходимо верно ответить не менее, чем на 60% тестовых заданий (10% освоения дисциплины).

Темы контрольных работ

Календарь игр

Положение о соревнованиях на первенство школы среди 10-11 классов

Обязанности главного судьи соревнований.

График игр по круговой системе для 12 команд, определить количество игр и игровых дней.

График игр по системе с выбыванием после двух поражений для 12 команд, определить количество игр и игровых дней.

Протест о нарушении правил соревнований.

Отчет главного судьи о проведении соревнований.

Контрольная работа «Календарь игр». Составляется календарь игр по одной из систем розыгрыша для количества команд, определенного преподавателем. Оценка «зачтено» выставляется, если календарь соответствует правилам вида спорта. Составляется два раза – во втором и третьем семестре (по баскетболу и волейболу).

Проект «Положение о соревнованиях». Составляется дважды – для соревнований по баскетболу и волейболу. Уровень и тип соревнований выбирается по заданию преподавателя. Для оценки «зачтено» Положение должно соответствовать Правилам вида спорта, содержать не менее девяти пунктов, включая всю необходимую для проведения соревнований информацию.

Практическое судейство соревнований.

В качестве судьи выполнить судейство соревнований школьников либо студентов в количестве восьми игр (волейбол и баскетбол). В качестве секретаря выполнить судейство соревнований в количестве восьми игр (волейбол и баскетбол). Принять участие в организации и судействе двух соревнований по избранному виду спорта (с выполнением двух разных функциональных судейских ролей).

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

1. Правила соревнований по баскетболу и волейболу и мини-футболу.
2. Классификация соревнований по спортивным играм.
3. Положение о соревнованиях по спортивным играм. Раскрыть пункты положения.
4. Документация необходимая для проведения соревнований по спортивным играм.
5. Что такое система розыгрыша с выбыванием. Составить график игр на 10 команд.
6. Круговая система розыгрыша. Составить график игр на 9 команд.
7. Состав судейской бригады в баскетболе. Функции судей, права и обязанности.
8. Состав судейской бригады в волейболу. Функции судей, права и обязанности.
9. Протокол игры по баскетболу. Требования к заполнению.
10. Протокол игры по волейболу. Требования к заполнению.
11. Инвентарь и оборудование необходимое для проведения официальных соревнований по баскетболу.
12. Инвентарь и оборудование необходимое для проведения официальных соревнований по волейболу.

13. Инвентарь и оборудование необходимое для проведения официальных соревнований по мини-футболу.
14. Жесты главного судьи и судьи в баскетболе, его полномочия.
15. Жесты первого судьи в волейболе, его полномочия
16. Системы розыгрыша соревнований в игровых видах спорта
17. Организация соревнований по игровым видам спорта. Нормативные документы.
18. Техника безопасности при проведении соревнований по игровым видам спорта.
19. Особенности организации и проведения соревнований в избранном виде спорта.
20. Структура и общие положения правил соревнований в избранном виде спорта.

После успешного прохождения студентом текущего контроля (устных опросов, тестирования) проводится итоговый контроль в форме устного зачета.

Студент получает оценку:

«зачтено» если - ориентируется в рассматриваемых проблемах, может выделить наиболее важные вопросы, подготовленные им ответы, в целом, верно отражают содержание вопросов (в том числе основные определения, закономерности, практические примеры); допустимы ошибки в деталях, которые студент может исправить в ходе обсуждения практических примеров;

«не зачтено» если – студент не может дать ответ на один из вопросов, или подготовленные ответы не соответствуют требованиям к изложению содержания вопросов, студент не ориентируется в рассматриваемых проблемах.

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно	хорошо	зачтено	71-85

	ьной деятельности, нежели по образцу с большей степени самостоятельности и инициативы	найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения			
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно	зачтено	55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Гимнастика. Методика преподавания: учебник / В.М. Миронов, Г.Б. Рабиль, Т.А. Морозевич-Шилюк [и др.] ; под общ. ред. В.М. Миронова. — Москва : ИНФРА-М, 2021. — 335 с. : ил. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-985-475-578-6. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1381285>
2. Мясникова, Т. И. Судейство соревнований по плаванию : учебное пособие / Т. И. Мясникова ; М-во науки и высш. образования РФ. - Екатеринбург : Изд-во Уральского ун-та, 2021. - 172 с. - ISBN 978-5-7996-3272-4. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1938002>
3. Плавание : учебник / Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Попов [и др.] ; под общ. ред. Н. Ж. Булгаковой. — Москва : ИНФРА-М, 2022. — 290 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI 10.12737/19706. - ISBN 978-5-16-011850-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1850501> (дата обращения: 10.03.2022). – Режим доступа: по подписке.
4. Теория и методика спортивных игр [Электронный ресурс]: учеб. для вузов/ [Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка. - 9-е изд., стер.. - Москва: Академия, 2014. - 1 эл. опт. диск (CD-ROM), 460, [1] с.: ил., табл., фот.. - (Высшее образование - бакалавриат). - Библиогр.: с. 451-454. - Лицензия до 31.12.2020 г. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС Кантиана(1), ч.з.N1(1)

Дополнительная литература

1. Алексеев, С.В. Спортивный менеджмент. Регулирование организации и проведения физкультурных и спортивных мероприятий: учебник для студентов вузов, обучающихся по направлениям «Менеджмент организации», «Юриспруденция» и «Физическая культура и спорт» / С.В. Алексеев; под ред. П.В. Крашенинникова. - М. : ЮНИТИ-ДАНА: Закон и право, 2017. - 687 с. - ISBN 978-5-238-02540-7. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1028690>

2. Алексеев, С.В. Международное спортивное право: учебник для студентов вузов, обучающихся по направлениям 030500 «Юриспруденция» и 032101 «Физическая культура и спорт» / С.В. Алексеев; под ред. П.В. Крашенинникова. — М. : ЮНИТИ-ДАНА: Закон и право, 2017. - 895 с. - ISBN 978-5-238-01261-2. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1028526>
3. Волейбол. Теория и практика: учеб. для вузов физ. культуры и спорта/ [под общ. ред. В. В. Рыцарева]. - Москва: Спорт, 2016. - 452, [1] с.: ил.. - Библиогр.: с. 444-447. Имеются экземпляры в отделах: ч.з.N6(1)
4. Кунянский, В. А. Волейбольный судья: учеб. пособие/ В. А. Кунянский, М. И. Цукерман. - Москва: Дивизион, 2014. - 191 с.: табл.. - Библиогр.: с. 186-191 (124 назв.). Имеются экземпляры в отделах: ч.з.N6(1)

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.

- НЭБ Национальная электронная библиотека
- eLIBRARY.RU
- ЭБС Консультант студента
- ООО «Проспект»
- ЭБС ZNANIUM.COM
- ЭБС «Айбукс»
- ЭБС РКИ
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов соответствующее ПО и антивирусное программное обеспечение.

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

Для проведения занятий лекционного типа, практических занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения практических занятий (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета. Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

4.5. Программа дисциплины «Фитнес-технологии в спорте»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Фитнес-технологии в спорте»	61
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	61
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	61
4. Виды учебной работы по дисциплине	62
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам	62
6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине	63
7. Методические рекомендации по видам занятий	65
8. Фонд оценочных средств	65
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	66
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	66
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	68
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	69
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	70
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	71
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	71
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	71

1. Наименование дисциплины: «Фитнес-технологии в спорте».

Цель дисциплины – овладение студентами системой научно-практических знаний по применению фитнес-технологий и подготовка к их применению в будущей профессиональной деятельности согласно направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура профилю подготовки «Спортивная подготовка».

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ПК-1. Способен самостоятельно приобретать и использовать в практической деятельности новейшие и технологические достижения в области саморазвития и/или построения карьеры	ПК-1.1 Анализирует приоритеты собственного профессионального роста и личностного развития	Знать: актуальные достижения в области фитнес-технологий, возможности их использования в профессиональном росте тренер-преподавателя Уметь: определять потребности в саморазвитии с использованием фитнес-технологий Владеть: способами выбора средств для решения задач фитнес-тренировок для различных задач самосовершенствования
ПК-3. Способен использовать в учебно-тренировочном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся	ПК-3.1 Выявляет актуальные технологии реализации учебно-тренировочных процессов ПК-3.2 Использует обоснованные организационные формы, методы и средства обучения и воспитания, исходя из целей и задач спортивной подготовки	Знать: основные требования к качеству проектирования фитнес-программ, базовые средства фитнес-технологий, возможности их применения в учебно-тренировочных процессах Уметь: определять задачи использования фитнес-технологий в учебно-тренировочных процессах, выбирать средства и методы их реализации Владеть: основными способами реализации фитнес-технологий в учебно-тренировочных процессах с использованием обоснованных форм занятий

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина входит в вариативную часть учебного плана подготовки бакалавров физической культуры, является частью модуля «Технологии спортивной подготовки».

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и практических занятиях (семинарского типа, в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Методические основы планирования фитнес-тренировок	Цели и задачи фитнес-тренировок, SMART-система целеполагания в фитнесе, форма и структура занятий в фитнесе, принципы построения тренировочного процесса, индивидуализация тренировочного процесса, Объем и интенсивность физической нагрузки, способы классификации и ранжирования нагрузок в фитнесе, методические приемы повышения нагрузки, особенности тренировки начинающих, Общие требования к контролю в фитнесе, виды педагогического контроля, этапы контроля, применение стандартных и специфических тестов в оценке физического развития, физической подготовленности и функционального состояния занимающихся
2	Виды фитнес-технологий и возможности их использования в решении задач спортивной тренировки	Виды силовых способностей и факторы, определяющие их развитие, направления силового тренинга, особенности развития максимальной силы, принципы тренировок для увеличения мышечной массы, методики развития силовой выносливости, принципы и направленность аэробных тренировок, цели и задачи развития аэробной выносливости, классификация видов аэробных упражнений и методик, понятие о гибкости и методах ее развития, виды и методы стретчинга, параметры нагрузки при развитии гибкости, профилактика травматизма при развитии гибкости, цели, задачи, средства, методы и специфические методические приемы развития ловкости и быстроты движений, особенности тренировки равновесия. Соотнесение задач фитнес-тренировок и задач спортивной подготовки. Особенности применения фитнес-технологий в различных видах спорта, на различных этапах спортивной подготовки.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика учебных занятий *лекционного* типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Методические основы планирования фитнес-тренировок	Цели и задачи фитнес-тренировок, SMART-система целеполагания в фитнесе, форма и структура занятий в фитнесе, принципы построения тренировочного процесса, индивидуализация тренировочного процесса, Объем и интенсивность физической нагрузки, способы классификации и ранжирования нагрузок в фитнесе, методические приемы повышения нагрузки, особенности тренировки начинающих, Общие требования к контролю в фитнесе, виды педагогического контроля, этапы контроля, применение стандартных и специфических тестов в оценке физического развития, физической подготовленности и функционального состояния занимающихся
2	Виды фитнес-технологий и возможности их использования в решении задач спортивной тренировки	Виды силовых способностей и факторы, определяющие их развитие, направления силового тренинга, особенности развития максимальной силы, принципы тренировок для увеличения мышечной массы, методики развития силовой выносливости, принципы и направленность аэробных тренировок, цели и задачи развития аэробной выносливости, классификация видов аэробных упражнений и методик, понятие о гибкости и методах ее развития, виды и методы стретчинга, параметры нагрузки при развитии гибкости, профилактика травматизма при развитии гибкости, цели, задачи, средства, методы и специфические методические приемы развития ловкости и быстроты движений, особенности тренировки равновесия. Соотнесение задач фитнес-тренировок и задач спортивной подготовки. Особенности применения фитнес-технологий в различных видах спорта, на различных этапах спортивной подготовки.

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Содержание темы занятия
1	Методические основы планирования фитнес-тренировок	Цели и задачи фитнес-тренировок, SMART-система целеполагания в фитнесе, форма и структура занятий в фитнесе, принципы построения тренировочного процесса, индивидуализация тренировочного процесса,

		Объем и интенсивность физической нагрузки, способы классификации и ранжирования нагрузок в фитнесе, методические приемы повышения нагрузки, особенности тренировки начинающих, Общие требования к контролю в фитнесе, виды педагогического контроля, этапы контроля, применение стандартных и специфических тестов в оценке физического развития, физической подготовленности и функционального состояния занимающихся
2	Виды фитнес-технологий и возможности их использования в решении задач спортивной тренировки	Виды силовых способностей и факторы, определяющие их развитие, направления силового тренинга, особенности развития максимальной силы, принципы тренировок для увеличения мышечной массы, методики развития силовой выносливости, принципы и направленность аэробных тренировок, цели и задачи развития аэробной выносливости, классификация видов аэробных упражнений и методик, понятие о гибкости и методах ее развития, виды и методы стретчинга, параметры нагрузки при развитии гибкости, профилактика травматизма при развитии гибкости, цели, задачи, средства, методы и специфические методические приемы развития ловкости и быстроты движений, особенности тренировки равновесия. Соотнесение задач фитнес-тренировок и задач спортивной подготовки. Особенности применения фитнес-технологий в различных видах спорта, на различных этапах спортивной подготовки.

Тематика самостоятельной работы студентов

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Тематика самостоятельных работ
1	Методические основы планирования фитнес-тренировок	Цели и задачи фитнес-тренировок, SMART-система целеполагания в фитнесе, форма и структура занятий в фитнесе, принципы построения тренировочного процесса, индивидуализация тренировочного процесса, Объем и интенсивность физической нагрузки, способы классификации и ранжирования нагрузок в фитнесе, методические приемы повышения нагрузки, особенности тренировки начинающих, Общие требования к контролю в фитнесе, виды педагогического контроля, этапы контроля, применение стандартных и специфических тестов в оценке физического развития, физической подготовленности и функционального состояния занимающихся
2	Виды фитнес-технологий и возможности их использования в решении задач спортивной	Виды силовых способностей и факторы, определяющие их развитие, направления силового тренинга, особенности развития максимальной силы, принципы тренировок для увеличения мышечной массы,

	тренировки	методики развития силовой выносливости, принципы и направленность аэробных тренировок, цели и задачи развития аэробной выносливости, классификация видов аэробных упражнений и методик, понятие о гибкости и методах ее развития, виды и методы стретчинга, параметры нагрузки при развитии гибкости, профилактика травматизма при развитии гибкости, цели, задачи, средства, методы и специфические методические приемы развития ловкости и быстроты движений, особенности тренировки равновесия. Соотнесение задач фитнес-тренировок и задач спортивной подготовки. Особенности применения фитнес-технологий в различных видах спорта, на различных этапах спортивной подготовки.

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации

обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
1. Методические основы планирования фитнес-тренировок 2. Виды фитнес-технологий и возможности их использования в решении задач спортивной тренировки	ПК-1.1. ПК-3.1. ПК-3.2. ПК-3.3.	Ориентировочный этап – устный опрос, тестирование
		Деятельностный этап – доклад-презентация
		Контрольно-корректировочный этап – контрольная работа (разработка фитнес-программы для спортсменов в избранном виде спорта)

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности процессе текущего контроля

Устный опрос. Проводится на практических занятиях семинарского типа. Студент должен продемонстрировать понимание сущности вопроса и его взаимосвязи с другими, привести практические примеры. Примерный перечень вопросов:

- Цели и задачи фитнес-тренировок
- SMART-система целеполагания в фитнесе
- Формы и структура занятий в фитнесе
- Принципы построения тренировочного процесса, индивидуализация тренировочного процесса
- Объем и интенсивность физической нагрузки
- Способы классификации и ранжирования нагрузок в фитнесе
- Методические приемы повышения нагрузки, особенности тренировки начинающих
- Общие требования к контролю в фитнесе
- Виды педагогического контроля в фитнесе
- Этапы контроля
- Применение стандартных и специфических тестов в оценке физического развития, физической подготовленности и функционального состояния занимающихся
- Виды силовых способностей и факторы, определяющие их развитие
- Направления силового тренинга
- Особенности развития максимальной силы
- Принципы тренировок для увеличения мышечной массы
- Методики развития силовой выносливости
- Принципы и направленность аэробных тренировок
- Цели и задачи развития аэробной выносливости
- Классификация видов аэробных упражнений и методик
- Понятие о гибкости и методах ее развития
- Виды и методы стретчинга
- Параметры нагрузки при развитии гибкости
- Профилактика травматизма при развитии гибкости

- Цели, задачи, средства, методы и специфические методические приемы развития ловкости
- Особенности тренировки равновесия
- Цели, задачи, средства, методы и специфические методические приемы развития быстроты движений
- Практические примеры решения задач спортивной подготовки с помощью фитнес-технологий

- **Тестирование.** Проводится автоматизировано, с помощью соответствующего курса, размещенного в электронной образовательной среде ВУЗа. Студент должен правильно ответить не менее, чем на 60 % вопросов. Примеры тестовых заданий:

Текст вопроса	Варианты ответов	Правильные ответы
Что означает буква М в аббревиатуре SMART?	специфичность	2
	измеримость	
	реалистичность	
	ограниченность во времени	
В каком виде нагрузочных сетов упражнения выполняются парами, в которых первые упражнения оказывают положительное влияние второго (обычно за счет увеличения мощности усилия)?	постактивационный сет	1
	сет анатомического соответствия	
	сет задержка пикового сокращения	
	сет форсированной эксцентрики	
В каком виде стретчинга используют пружинящие или маховые движения?	баллистический	1
	антагонистический	
	базовый	
	шлифовочный	

Доклад-презентация – выполняется студентами в ходе самостоятельной работы в команде не менее трех человек, Доклад длится не более 7 минут (после доклада студенты отвечают на 2-3 уточняющих или расширяющих тему вопроса). Критерии оценки: зачтено, если студент выполнил регламент времени, в докладе обоснована значимость вопроса, представлены основные сведения, необходимые для понимания вопроса, сделаны выводы, присутствует позиция авторов, использованы элементы творчества и/или интерактивности в оформлении презентации или форме доклада, показан вклад каждого члена команды в общий результат, студенты могут ответить на дополнительные вопросы. Тему доклада студент может выбрать из примерного списка или сформулировать самостоятельно, по согласованию с преподавателем. Примерный список тем для докладов:

- Цели и задачи фитнес-тренировок
- SMART-система целеполагания в фитнесе
- Формы и структура занятий в фитнесе
- Принципы построения тренировочного процесса, индивидуализация тренировочного процесса
- Объем и интенсивность физической нагрузки
- Способы классификации и ранжирования нагрузок в фитнесе
- Методические приемы повышения нагрузки, особенности тренировки начинающих
- Общие требования к контролю в фитнесе

- Виды педагогического контроля в фитнесе
- Этапы контроля в фитнес-тренировках
- Применение стандартных и специфических тестов в оценке физического развития, физической подготовленности и функционального состояния занимающихся
- Виды силовых способностей и факторы, определяющие их развитие
- Направления силового тренинга
- Особенности развития максимальной силы
- Принципы тренировок для увеличения мышечной массы
- Методики развития силовой выносливости
- Принципы и направленность аэробных тренировок
- Цели и задачи развития аэробной выносливости
- Классификация видов аэробных упражнений и методик
- Понятие о гибкости и методах ее развития
- Виды и методы стретчинга
- Параметры нагрузки при развитии гибкости
- Профилактика травматизма при развитии гибкости
- Цели, задачи, средства, методы и специфические методические приемы развития ловкости
- Особенности тренировки равновесия
- Цели, задачи, средства, методы и специфические методические приемы развития быстроты движений
- Характеристика степ-аэробики как вида фитнес-тренировок
- Характеристика аквааэробики как вида фитнес-тренировок
- Характеристика танцевальных видов фитнеса
- Характеристика фитбол-аэробики
- Характеристика стретчинга как вида фитнес-тренировок
- Общая характеристика пилатеса
- Дыхательные гимнастики в фитнес-тренировках
- Кроссфит как вид фитнес-тренировок
- Мобильные приложения для фитнес-тренировок
- Практические примеры решения задач спортивной тренировки в избранном виде спорта с помощью фитнес-технологий

Контрольная работа - разработка фитнес-программы для спортсменов в избранном виде спорта. Студент разрабатывает и представляет на занятиях свою фитнес-тренировку для избранного вида спорта с учетом пола, возраста, уровня подготовленности спортсменов, целей и задач спортивной тренировки на выбранном этапе. Письменная работа включает название программы, табличные данные по оценке физического развития, физической подготовленности и функционального состояния, цели, задачи тренировочного процесса, описание режима тренировочных занятий, рекомендации по регулированию нагрузки, пример одного тренировочного занятия. При определении качества работы используется взаимооценивание. Выполняется рецензирование работ своих однокурсников с помощью инструмента «Семинар» в электронной образовательной среде БФУ им.И.Канта.

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

- Цели и задачи фитнес-тренировок в системе спортивной подготовки
- Формы и структура занятий в фитнесе

- Принципы построения тренировочного процесса, индивидуализация тренировочного процесса
- Объем и интенсивность физической нагрузки
- Способы классификации и ранжирования нагрузок в фитнесе
- Методические приемы повышения нагрузки, особенности тренировки начинающих
- Общие требования к контролю в фитнесе
- Применение стандартных и специфических тестов в оценке физического развития, физической подготовленности и функционального состояния занимающихся
- Направления силового тренинга
- Особенности развития максимальной силы
- Принципы тренировок для увеличения мышечной массы
- Методики развития силовой выносливости
- Принципы и направленность аэробных тренировок
- Цели и задачи развития аэробной выносливости
- Классификация видов аэробных упражнений и методик
- Параметры нагрузки при развитии гибкости
- Профилактика травматизма при развитии гибкости
- Цели, задачи, средства, методы и специфические методические приемы развития ловкости
- Особенности тренировки равновесия
- Цели, задачи, средства, методы и специфические методические приемы развития быстроты движений
- Характеристика степ-аэробики как вида фитнес-тренировок
- Характеристика аквааэробики как вида фитнес-тренировок
- Характеристика танцевальных видов фитнеса
- Характеристика фитбол-аэробики
- Характеристика стретчинга как вида фитнес-тренировок
- Общая характеристика пилатеса
- Дыхательные гимнастики в фитнес-тренировках
- Кроссфит как вид фитнес-тренировок

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает</i> <i>нижестоящий</i> <i>уровень</i> . Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких	<i>Включает</i> <i>нижестоящий</i> <i>уровень</i> . Способность собирать,	хорошо		71-85

	контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степени самостоятельности и инициативы	систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения			
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно		55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Булгакова, О. В. Фитнес-аэробика: учебное пособие / О. В. Булгакова, Н. А. Брюханова. - Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2019. - 112 с. - ISBN 978-5-7638-4017-9. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1816599> Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Силовой фитнес: основы тренировок : учебно-методическое пособие / А. В. Козлов, А. А. Бударников, И. Е. Варегина, А. М. Шувалов. - Москва : Всероссийская академия внешней торговли, 2022. - 107 с. - ISBN 978-5-9547-0220-0. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/2041682> Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
3. Сапожникова, О. В. Фитнес: Учебное пособие / Сапожникова О.В., - 2-е изд., стер. - Москва :Флинта, 2017. - 143 с.: ISBN 978-5-9765-3232-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/959261>

Дополнительная литература

1. Булгакова, О. В. Фитнес-тренинг формирования готовности студентов вуза к выполнению комплекса ГТО : монография / О. В. Булгакова, В. С. Близневская, В. В. Пономарев. - Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2018. - 140 с. - ISBN 978-5-7638-4056-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1818750> Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Руненко, С. Д. Врачебный контроль в фитнесе: Монография / Руненко С.Д., - 2-е изд. - Москва :НИЦ ИНФРА-М, 2018. - 192 с. (Научная мысль)ISBN 978-5-16-106693-5 (online). - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/969612>
3. Сайкина, Е. Г. Концепция оздоровления школьников средствами фитнеса в реалиях современной школы : монография / Е. Г. Сайкина, Ю. Я. Лобанов, Ю. В. Смирнова. - Санкт-Петербург : РГПУ им. Герцена, 2019. - 218 с. - ISBN 978-5-8064-2784-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1865115>
4. Фитнес-аэробика : учебно-методическое пособие для студентов высших учебных заведений / Е. В. Серженко, С. В. Плетцер, Т. А. Андреевко, Е. Г. Ткачева. - Волгоград : ФГБОУ ВПО Волгоградский ГАУ, 2015. - 76 с. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/615114>. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- НЭБ Национальная электронная библиотека
- eLIBRARY.RU
- ЭБС Консультант студента
- ООО «Перспект»
- ЭБС ZNANIUM.COM
- ЭБС «Айбукс»
- ЭБС РКИ
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов ПО, соответствующее стандартным учебным задачам.

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

Для проведения занятий лекционного типа, практических занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения практических занятий (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

4.6. Программа дисциплины «Цифровые технологии в спорте»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Цифровые технологии в спорте»	73
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	73
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	73
4. Виды учебной работы по дисциплине	73
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам	73
6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине	74
7. Методические рекомендации по видам занятий	76
8. Фонд оценочных средств	76
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	76
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	77
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	78
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	78
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	79
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	79
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	79
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	80

1. Наименование дисциплины: «Цифровые технологии в спорте».

Цель дисциплины – овладение студентами системой научно-практических знаний в области цифровизации системы спортивной подготовки и подготовка к их применению в будущей профессиональной деятельности согласно направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура профилю подготовки «Спортивная подготовка».

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ПК-1. Способен самостоятельно приобретать и использовать в практической деятельности новейшие и технологические достижения в области саморазвития и/или построения карьеры	ПК-1.1 Анализирует приоритеты собственного профессионального роста и личностного развития	Знать: перспективы цифровизации сферы спортивной подготовки, основы работы в цифровых средах, иметь представление о наиболее распространенных технологиях решения задач спортивной подготовки Уметь: анализировать потребности собственного профессионального развития в области применения цифровых технологий Владеть: способами освоения цифровых инструментов профессиональной деятельности тренера-преподавателя

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина входит в вариативную часть учебного плана подготовки бакалавров физической культуры в составе модуля «Технологии спортивной подготовки»

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и практических занятиях (семинарского типа, в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	цифровая трансформация спорта	направления развития цифровой экономики, цифрового управления спортом, основы работы в

		цифровых средах
2	технологии обеспечения соревновательной деятельности	методики оценки соревновательной деятельности спортсменов, сервисы для зрителей, болельщиков
3	методики оценки состояния и подготовленности спортсменов	цифровые технологии сбора и обработки данных о функциональном состоянии спортсмена, программы для обработки статистических данных по физической подготовленности, способы биомеханического анализа двигательной деятельности в спорте
4	развитие фиджитал-спорта	структура соревновательной деятельности в фиджитал-спорте, организационные основные и управление развитие фиджитал-спорта в РФ
5	мобильные приложения и цифровые сервисы для управления спортивной тренировкой	мобильные приложения для фиксации объема и качества двигательной активности, мобильные приложения для анализа и управления различными аспектами тренировочной работы и внутренировочных факторов, программы для планирования спортивной тренировки

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика учебных занятий *лекционного* типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	цифровая трансформация спорта	направления развития цифровой экономики, цифрового управления спортом, основы работы в цифровых средах
2	технологии обеспечения соревновательной деятельности	методики оценки соревновательной деятельности спортсменов, сервисы для зрителей, болельщиков
3	методики оценки состояния и подготовленности спортсменов	цифровые технологии сбора и обработки данных о функциональном состоянии спортсмена, программы для обработки статистических данных по физической подготовленности, способы биомеханического анализа двигательной деятельности в спорте
4	развитие фиджитал-спорта	структура соревновательной деятельности в фиджитал-спорте, организационные основные и управление развитие фиджитал-спорта в РФ
5	мобильные приложения и цифровые сервисы для управления спортивной тренировкой	мобильные приложения для фиксации объема и качества двигательной активности, мобильные приложения для анализа и управления различными аспектами тренировочной работы и внутренировочных факторов, программы для планирования спортивной тренировки

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Содержание темы занятия
1	цифровая трансформация спорта	направления развития цифровой экономики, цифрового управления спортом, основы работы в цифровых средах
2	технологии обеспечения соревновательной деятельности	методики оценки соревновательной деятельности спортсменов, сервисы для зрителей, болельщиков
3	методики оценки состояния и подготовленности спортсменов	цифровые технологии сбора и обработки данных о функциональном состоянии спортсмена, программы для обработки статистических данных по физической подготовленности, способы биомеханического анализа двигательной деятельности в спорте
4	развитие фиджитал-спорта	структура соревновательной деятельности в фиджитал-спорте, организационные основные и управление развитие фиджитал-спорта в РФ
5	мобильные приложения и цифровые сервисы для управления спортивной тренировкой	мобильные приложения для фиксации объема и качества двигательной активности, мобильные приложения для анализа и управления различными аспектами тренировочной работы и внутренировочных факторов, программы для планирования спортивной тренировки

Тематика самостоятельной работы студентов

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Тематика самостоятельных работ
1	цифровая трансформация спорта	направления развития цифровой экономики, цифрового управления спортом, основы работы в цифровых средах
2	технологии обеспечения соревновательной деятельности	методики оценки соревновательной деятельности спортсменов, сервисы для зрителей, болельщиков
3	методики оценки состояния и подготовленности спортсменов	цифровые технологии сбора и обработки данных о функциональном состоянии спортсмена, программы для обработки статистических данных по физической подготовленности, способы биомеханического анализа двигательной деятельности в спорте
4	развитие фиджитал-спорта	структура соревновательной деятельности в фиджитал-спорте, организационные основные и управление развитие фиджитал-спорта в РФ
5	мобильные приложения и цифровые сервисы для управления спортивной тренировкой	мобильные приложения для фиксации объема и качества двигательной активности, мобильные приложения для анализа и управления различными аспектами тренировочной работы и внутренировочных факторов, программы для планирования спортивной тренировки

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
1. цифровая трансформация спорта 2. технологии обеспечения соревновательной деятельности 3. методики оценки состояния и подготовленности	ПК-1.1	Оrientировочный этап – устный опрос
		Деятельностный этап – доклад-презентация
		Контрольно-корректировочный этап – творческий проект

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контроли- руемой	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
4. развитие фиджитал-спорта 5. мобильные приложения и цифровые сервисы для управления спортивной тренировкой		

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности процессе текущего контроля

Устный опрос проводится на семинарских занятиях. Студент готовит развернутый ответ, в котором в течение трех минут может привести базовые определения, обозначить и аргументировать собственную позицию, привести практические примеры.

Примерный перечень вопрос для обсуждения:

- направления развития цифровой экономики,
- цифровое управления спортом,
- основы работы в цифровых средах
- методики оценки соревновательной деятельности спортсменов,
- сервисы для зрителей, болельщиков
- цифровые технологии сбора и обработки данных о функциональном состоянии спортсмена,
- программы для обработки статистических данных по физической подготовленности,
- способы биомеханического анализа двигательной деятельности в спорте
- структура соревновательной деятельности в фиджитал-спорте,
- организационные основы и управление развитие фиджитал-спорта в РФ
- мобильные приложения для фиксации объема и качества двигательной активности,
- мобильные приложения для анализа и управления различными аспектами тренировочной работы и внутренировочных факторов,
- программы для планирования спортивной тренировки

Доклад-презентация. Выполняется студентами в ходе самостоятельной работы. Доклад длится не более 7 минут (после доклада студенты отвечают на 2-3 уточняющих или расширяющих тему вопроса). Критерии оценки: зачтено, если студент выполнил регламент времени, в докладе обоснована значимость вопроса, представлены основные сведения, необходимые для понимания вопроса, сделаны выводы, присутствует позиция авторов, использованы элементы творчества и/или интерактивности в оформлении презентации или форме доклада, студенты могут ответить на дополнительные вопросы. Тему доклада студент может выбрать из примерного списка или сформулировать самостоятельно, по согласованию с преподавателем. Примерный список тем для докладов:

- направления развития цифровой экономики,
- цифровое управления спортом,
- основы работы в цифровых средах
- методики оценки соревновательной деятельности спортсменов,
- сервисы для зрителей, болельщиков
- цифровые технологии сбора и обработки данных о функциональном состоянии спортсмена,

- программы для обработки статистических данных по физической подготовленности,
- способы биомеханического анализа двигательной деятельности в спорте
- структура соревновательной деятельности в фиджитал-спорте,
- организационные основы и управление развитием фиджитал-спорта в РФ
- мобильные приложения для фиксации объема и качества двигательной активности,
- мобильные приложения для анализа и управления различными аспектами тренировочной работы и внутренировочных факторов,
- программы для планирования спортивной тренировки

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

Творческий проект: студенты объединяются в группы по 3-5 человек и выполняют проектирование цифровой технологии для системы спортивной подготовки. Это может быть программный продукт или техническое устройство для решения задач спортивной подготовки на выбор студентов. Первый этап работы – это выбор темы и обоснование перспективности разработки и применения продукта для системы спортивной подготовки. Возможность практической реализации в ближайшее время не является обязательной. Темой может быть разработка любого продукта от умных кроссовок или контактных линз с датчиками до биомедицинского улучшения спортсмена. Второй этап работы включает описание примерных технических характеристик – показателей деятельности, фиксируемые данные и т.д. Третий этап – анализ преимуществ и ограничений использования с точки зрения медико-биологического обеспечения спортивной подготовки. Четвертый этап – анализ этических, социально-экономических и юридических проблем разработки и применения предлагаемого продукта. На пятом этапе проводится подготовка презентации. В иллюстрируемом докладе должны быть отражены все пять этапов работы группы. Оценка проводится по наличию всех пяти этапов выполненной работы и качеству представления работы (ораторское мастерство, творческая реализация, соблюдение технических требований к презентации).

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает</i> <i>нижестоящий</i> <i>уровень</i> . Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с	<i>Включает</i> <i>нижестоящий</i> <i>уровень</i> . Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и	хорошо		71-85

	большой степени самостоятельности и инициативы	иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения			
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно		55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Информационные системы и цифровые технологии. Часть 1: учебное пособие / В.В. Трофимов, М.И. Барабанова, В.И. Кияев, Е.В. Трофимова ; под общ. ред. проф. В.В. Трофимова и В.И. Кияева. — Москва : ИНФРА-М, 2021. — 253 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-109479-2. - Текст : электронный. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Информационные системы и цифровые технологии: учебное пособие. Часть 2 / под общ. ред. проф. В.В. Трофимова и В.И. Кияева. — Москва ИНФРА-М, 2021. — 270 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-109771-7. - Текст: электронный. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
3. Набок, О. Команда рулит : Управление изменениями в цифровой среде : практическое руководство / О. Набок. - Москва : Альпина ПРО, 2023. - 199 с. - ISBN 978-5-206-00149-5. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2140998>
4. Цифровые платформы и экосистемы в государственном управлении: монография / под ред. Е.В. Васильевой, Б.Б. Славина. — Москва: ИНФРА-М, 2024. — 204 с. — (Научная мысль). — DOI 10.12737/2021353. - ISBN 978-5-16-018537-8. - Текст: электронный. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

Дополнительная литература

1. Паршиков, А. Т. Спортивная школа: история и современность: учебно-методическое пособие / А. Т. Паршиков. - Москва Спорт, 2023. - 144 с. - ISBN 978-5-907601-18-5. - Текст: электронный. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Савон, Д. Ю. Управление проектами: учебник / Д. Ю. Савон, Т. О. Толстых. - Москва: Издательский Дом НИТУ «МИСиС», 2022. - 167 с. - ISBN 978-5-907560-14-7. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1914826>
3. Стратегические коммуникации. Теория и практика: учебное пособие для студентов вузов / В. А. Евстафьев, Т. Э. Гринберг, М. А. Кузьменкова [и др.] ; под ред. В. А. Евстафьева, Т. Э. Гринберг. - Москва: Издательство «АспектПресс», 2023. - 262 с. - ISBN 978-5-7567-1261-2. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/2052257>
4. Пашенцев, Д. А. Концепция цифрового государства и цифровой правовой среды : монография / Н.Н. Черногор, Д.А. Пашенцев, М.В. Залоило [и др.] ; под общ. ред. Н.Н. Черногора, Д.А. Пашенцева. — Москва : Институт законодательства и сравнительного правоведения при Правительстве Российской Федерации : Норма : ИНФРА-М, 2024. — 244 с. — DOI 10.12737/1288140. - ISBN 978-5-00156-164-4. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2084664>
5. Яковлева, Н.Ф. Проектная деятельность в образовательном учреждении : учеб. пособие / Н.Ф. Яковлева. - 3-е изд., стер. - Москва : ФЛИНТА, 2019. - 144 с. - ISBN

978-5-9765-1895-7. - Текст: электронный. - URL:
<https://znanium.com/catalog/product/1042547>

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- НЭБ Национальная электронная библиотека
- eLIBRARY.RU
- ЭБС Консультант студента
- ООО «Проспект»
- ЭБС ZNANIUM.COM
- ЭБС «Айбукс»
- ЭБС РКИ
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов ПО, соответствующее стандартным учебным задачам.

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

Для проведения занятий лекционного типа, практических занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения практических занятий (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

4.7. Программа дисциплины «Организация спортивно-массовой работы»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Организация спортивно-массовой работы»	82
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	82
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	83
4. Виды учебной работы по дисциплине	84
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам	84
6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине	85
7. Методические рекомендации по видам занятий	85
8. Фонд оценочных средств	87
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	87
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	87
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	88
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	89
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	89
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	90
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	90
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	91

1. Наименование дисциплины: «Организация спортивно-массовой работы».

Цель дисциплины – овладение студентами системой научно-практических знаний в рассматриваемой области и подготовка к их применению в будущей профессиональной деятельности согласно направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура профилю подготовки «Спортивная подготовка».

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
УК-1 Способен к формированию собственного жизненно-образовательного маршрута на основе критического мышления, целеполагания, стратегии достижения цели (в том числе в проектном типе деятельности) в условиях создания безопасной среды, с учетом традиционных российских духовно-нравственных ценностей и целей национального развития, в процессе социального взаимодействия	УК-1.4. Демонстрирует умения работы в команде в соответствии с распределением ролей при реализации проекта	Знать: общие направления профессиональной деятельности преподавателя физической культуры и спорта, которые требуют командной работы, основные функциональные роли участников и организаторов физкультурно-спортивных мероприятий Уметь: адаптироваться в профессиональном коллективе, формируемом для проведения систематической спортивно-массовой работы или конкретного физкультурно-спортивного мероприятия Владеть: способами обмена информацией, необходимой для реализации своей функции в командной работе по организации и проведению спортивно-массовых мероприятий
	УК.1.11. Определяет свои личные ресурсы, возможности и ограничения для достижения поставленной цели	Знать: общие требования к участникам и организаторам спортивно-массовых мероприятий Уметь: выбирать функциональную роль в организации и проведении спортивно-массовой работе, в том числе физкультурно-спортивных мероприятий различной направленности, в соответствии со своими возможностями и уровнем профессиональной подготовленности Владеть: навыками рационального использования временных и информационных ресурсов для реализации выбранной функциональной роли в организации и проведении спортивно-массовых мероприятий

	УК-1.13. Знает виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни УК.1.14. Демонстрирует необходимый уровень физических кондиций для самореализации в профессиональной деятельности.	Знать: требования к физической подготовленности участника и организатора спортивно-массовых мероприятий различного типа Уметь: выбирать виды физических упражнений для достижения и поддержания уровня физической подготовленности, необходимой для реализации основных функциональных обязанностей организатора спортивно-массовых мероприятий разного типа Владеть: средствами и методами физического самосовершенствования
ПК-1. Способен самостоятельно приобретать и использовать в практической деятельности новейшие и технологические достижения в области саморазвития и/или построения карьеры и/или педагогики	ПК-1. Анализирует приоритеты собственного профессионального роста и личностного развития	Знать: общие требования к профессиональной подготовленности и особенности функциональных ролей организаторов спортивно-массовой работы Уметь: анализировать результаты своей деятельности при участии в организации спортивно-массовых мероприятий Владеть: способами выбора приоритетных направлений для совершенствования своих способностей и профессиональной подготовленности в области организации спортивно-массовых мероприятий

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Организация спортивно-массовой работы» является частью модулю «Технологии спортивной подготовки» части плана, формируемой участниками образовательных отношений.

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и практических занятиях (семинарского типа, в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Спортивно-массовая работа как вид профессиональной деятельности преподавателя физической культуры и спорта	Понятие о структуре, целях и задачах спортивно-массовой работы, особенности организации спортивно-массовой работы в различных звеньях системы образования
2	Виды мероприятий и документационное обеспечение	Формы проведения спортивно-массовой работы, виды мероприятий, цели и задачи, особенности контингентов, степень подготовленности участников, документы планирования и отчетности по проведению мероприятий различного вида
3	Спортивные соревнования как форма спортивно-массовой работы	Виды соревнований, требования к участникам, подготовка судей, документы планирования и отчетности, положение о соревнованиях как основной документ, функции судейских бригад в различных видах спорта и различного уровня соревнований
4	Правила обеспечения безопасности	Правила обеспечения противопожарной безопасности, антитеррористической безопасности, документационное, техническое обеспечение
5	Правила поведения участников спортивно-массовых мероприятий	Документы, регламентирующие поведение участников спортивно-массовых мероприятий, правила поведения, этические нормы
6	Проектирование и реализация спортивно-массовых мероприятий	Правила выбора формы спортивно-массового мероприятия, этапы проектирования, составление положений и сценариев, функции участников и организаторов в зависимости от типа мероприятия, контроль и управление деятельностью участников и организаторов спортивно-массовых мероприятий, анализ эффективности проведения спортивно-массовых мероприятий
7	ВФСК «ГТО»	История, цели, задачи, особенности проведения, требования к участнику и судьям, документационное обеспечение, порядок проведения тестирования

6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Содержание темы занятия
1	Спортивно-массовая работа как вид профессиональной деятельности преподавателя физической культуры и спорта	Понятие о структуре, целях и задачах спортивно-массовой работы, особенности организации спортивно-массовой работы в различных звеньях системы образования
2	Виды мероприятий и	Формы проведения спортивно-массовой работы,

	документационное обеспечение	виды мероприятий, цели и задачи, особенности контингентов, степень подготовленности участников, документы планирования и отчетности по проведению мероприятий различного вида
3	Спортивные соревнования как форма спортивно-массовой работы	Виды соревнований, требования к участникам, подготовка судей, документы планирования и отчетности, положение о соревнованиях как основной документ, функции судейских бригад в различных видах спорта и различного уровня соревнований
4	Правила обеспечения безопасности	Правила обеспечения противопожарной безопасности, антитеррористической безопасности, документационное, техническое обеспечение
5	Правила поведения участников спортивно-массовых мероприятий	Документы, регламентирующие поведение участников спортивно-массовых мероприятий, правила поведения, этические нормы
6	Проектирование и реализация спортивно-массовых мероприятий	Правила выбора формы спортивно-массового мероприятия, этапы проектирования, составление положений и сценариев, функции участников и организаторов в зависимости от типа мероприятия, контроль и управление деятельностью участников и организаторов спортивно-массовых мероприятий, анализ эффективности проведения спортивно-массовых мероприятий
7	ВФСК «ГТО»	История, цели, задачи, особенности проведения, требования к участникам и судьям, документационное обеспечение, порядок проведения тестирования

Примерная тематика самостоятельной работы

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Тематика самостоятельных работ
1	Спортивно-массовая работа как вид профессиональной деятельности преподавателя физической культуры и спорта	Понятие о структуре, целях и задачах спортивно-массовой работы, особенности организации спортивно-массовой работы в различных звеньях системы образования
2	Виды мероприятий и документационное обеспечение	Формы проведения спортивно-массовой работы, виды мероприятий, цели и задачи, особенности контингентов, степень подготовленности участников, документы планирования и отчетности по проведению мероприятий различного вида
3	Спортивные соревнования как форма спортивно-массовой работы	Виды соревнований, требования к участникам, подготовка судей, документы планирования и отчетности, положение о соревнованиях как основной документ, функции судейских бригад в различных видах спорта и различного уровня соревнований
4	Правила обеспечения безопасности	Правила обеспечения противопожарной безопасности, антитеррористической безопасности, документационное, техническое обеспечение

5	Правила поведения участников спортивно-массовых мероприятий	Документы, регламентирующие поведение участников спортивно-массовых мероприятий, правила поведения, этические нормы
6	Проектирование и реализация спортивно-массовых мероприятий	Правила выбора формы спортивно-массового мероприятия, этапы проектирования, составление положений и сценариев, функции участников и организаторов в зависимости от типа мероприятия, контроль и управление деятельностью участников и организаторов спортивно-массовых мероприятий, анализ эффективности проведения спортивно-массовых мероприятий, участие в мероприятиях, составление портфолио
7	ВФСК «ГТО»	История, цели, задачи, особенности проведения, требования к участника и судьям, документационное обеспечение, порядок проведения тестирования

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации

обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Спортивно-массовая работа как вид профессиональной деятельности преподавателя физической культуры и спорта Виды мероприятий и документационное обеспечение Спортивные соревнования как форма спортивно-массовой работы Правила обеспечения безопасности Правила поведения участников спортивно-массовых мероприятий Проектирование и реализация спортивно-массовых мероприятий ВФСК «ГТО»	УК-1.4 УК-1.11. УК-1.13. УК-1.14 ПК-1.1	Ориентировочный этап - тестирование
		Деятельностный этап – устный опрос
		Контрольно-корректировочный этап – портфолио

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности процессе текущего контроля

Тестирование. Тестирование проводится автоматизировано, с использованием электронной образовательной среды БФУ им.И.Канта. Примеры тестовых заданий:

- Документ установленной организатором официального спортивного соревнования формы, подтверждающий право лица на посещение официального спортивного соревнования –
 - Входной билет
 - Средство поддержки
 - Положение о соревнованиях
 - Договор
- Места размещения средств поддержки согласовываются зрителями с –
 - Организаторами соревнований
 - Представителями местного самоуправления
 - Представителями исполнительной власти
 - Федерацией по виду спорта
- Порядок создания центров тестирования ВФСК «ГТО» определяются и утверждается –
 - Федеральным органов власти в области физической культуры и спорта
 - Законодательным собранием на уровне региона
 - Образовательными организациями, имеющими соответствующее материально-техническое обеспечение

Устный опрос (проводится на практических занятиях, студент должен продемонстрировать общую осведомленность в рассматриваемых вопросах, научно обосновать свою точку зрения). Примерный перечень вопросов:

- Понятие о структуре, целях и задачах спортивно-массовой работы, особенности организации спортивно-массовой работы в различных звеньях системы образования
- Формы проведения спортивно-массовой работы, виды мероприятий, цели и задачи, особенности контингентов, степень подготовленности участников, документы планирования и отчетности по проведению мероприятий различного вида
- Виды соревнований, требования к участникам, подготовка судей, документы планирования и отчетности, положение о соревнованиях как основной документ, функции судейских бригад в различных видах спорта и различного уровня соревнований
- Правила обеспечения противопожарной безопасности, антитеррористической безопасности, документационное, техническое обеспечение
- Документы, регламентирующие поведение участников спортивно-массовых мероприятий, правила поведения, этические нормы
- Правила выбора формы спортивно-массового мероприятия, этапы проектирования, составление положений и сценариев, функции участников и организаторов в зависимости от типа мероприятия, контроль и управление деятельностью участников и организаторов спортивно-массовых мероприятий, анализ эффективности проведения спортивно-массовых мероприятий, участие в мероприятиях, составление портфолио
- История ВФСК «ГТО», цели, задачи, особенности проведения, требования к участникам и судьям, документационное обеспечение, порядок проведения тестирования

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

Портфолио

Студент представляет аннотированный список своих достижений. В течение каждого семестра должны прибавляться отчеты об участии в спортивно-массовых мероприятиях и усложняться функциональные роли. За участие в каждом мероприятии студент получает 2 балла, за выполнение функций организатора – 5, за участие в проектировании и реализации – 10 баллов.

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100

Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степенью самостоятельности и инициативы	<i>Включает</i> <i>нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо		71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно		55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Каргин, Н. Н. Инновации в социальных и образовательных системах (на примере спортивно-оздоровительной деятельности) : монография / Н. Н. Каргин, Ю. А. Лаамарти. — Москва : ИНФРА-М, 2020. — 299 с. — Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Каргин, Н. Н. Теоретические основы здоровья человека и его формирования средствами физической культуры и спорта : учебное пособие / Н.Н. Каргин, Ю.А. Лаамарти. — Москва : ИНФРА-М, 2022. — 243 с. — Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
3. Паршикова, Н. В. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО): Документы и методические материалы / Паршикова Н.В., Бабкин В.В., Виноградов П.А., - 2-е изд., с измен. и дополн. - Москва :Сов. спорт, 2016. - 208 с. — Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
4. Филиппова, Ю. С. Физическая культура : учебно-методическое пособие / Ю.С. Филиппова. — Москва : ИНФРА-М, 2023. — 197 с. — Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

Дополнительная литература

1. Алексеев, С.В. Спортивный менеджмент. Регулирование организации и проведения физкультурных и спортивных мероприятий: учебник для студентов вузов, обучающихся по направлениям «Менеджмент организации», «Юриспруденция» и «Физическая культура и спорт» / С.В. Алексеев; под ред. П.В. Крашенинникова. - М. : ЮНИТИ-ДАНА: Закон и право, 2017. - 687 с. Имеются экземпляры в отделах УБ: Научный абонемент (1)
2. Бароненко, В. А. Здоровье и физическая культура студента : учеб. пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. — 2-е изд., пере-раб. - М.: Альфа-М : ИНФРА-М, 2018. - 336 с.: Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
3. Мирзоева, Е. В. Комплексный менеджмент физкультурно-спортивных организаций : учебное пособие / Е.В. Мирзоева, А.В. Ащеулов. — Москва : ИНФРА-М, 2020. — 203 с. — Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

4. Постановление Правительства Российской Федерации от 16.12.2013 № 1156 "Об утверждении Правил поведения зрителей при проведении официальных спортивных соревнований" // Официальный интернет-портал правовой информации. URL: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001201312170002> (дата обращения 15.01.2023)
5. Психолого-педагогические и физиологические аспекты построения физкультурно-оздоровительных программ и обеспечения их безопасности : материалы научно-практической конференции, посвященной дням Российской науки и старту XXII зимних Олимпийских игр в г. Сочи - Ростов-на-Дону : Издательство ЮФУ, 2014. - 230 с. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
6. Чертов, Н. В. Физическая культура : учебное пособие / Н. В. Чертов. - Ростов-на-Дону : Издательство ЮФУ, 2012. - 118 с. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
7. Физическая культура. Лекции : учеб. пособие для студентов вузов / Е.А. Малейченко [и др.]. — Москва : ЮНИТИ-ДАНА, 2017. - 159 с. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- НЭБ Национальная электронная библиотека
- eLIBRARY.RU
- ЭБС Консультант студента
- ООО «Проспект»
- ЭБС ZNANIUM.COM
- ЭБС «Айбукс»
- ЭБС РКИ
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантитана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов соответствующее ПО и антивирусное программное обеспечение.

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

Для проведения занятий лекционного типа, практических занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения практических занятий (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным

оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

21. Программа практики

«Не предусмотрена»

22. Программа итоговой аттестации

Определение результатов освоения модуля на основе вычисления оценки по каждому элементу модуля.

Оценка по модулю рассчитывается по формуле:

$$R_j^{\text{мод}} = \frac{k_1 R_1 + k_2 R_2 + k_3 R_3 + \dots + k_n R_n + R_{\text{кур}}}{k_1 + k_2 + k_3 + \dots + k_n}$$

Где:

$R_j^{\text{мод}}$ – оценка по модулю

$k_1, k_2, k_3, \dots, k_n$ – зачетные единицы дисциплин, входящих в модуль

$R_1, R_2, R_3, \dots, R_n$ – оценки по дисциплинам модуля

$R_{\text{кур}}$ – оценка по курсовой работе

В случае, если по дисциплине предусмотрен зачет без оценки, то за оценку по дисциплине принимается «5».

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования «Балтийский федеральный университет
имени Иммануила Канта»
ОНК «Институт образования и гуманитарных наук»
Высшая школа физической культуры и спорта**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МОДУЛЯ

«Техника и методика обучения базовым видам спорта»

Шифр: 49.03.01

Направление подготовки: «Физическая культура»

Направленность образовательной программы: «Спортивная подготовка»

Квалификация выпускника: тренер-преподаватель

Калининград
2026

Лист согласования

Составители:

- Воронин Д.И., к.п.н., доцент ОНК «Институт образования и гуманитарных наук»
- Солодовник А.С., старший преподаватель ОНК «Институт образования и гуманитарных наук»
- Волков А.В., старший преподаватель ОНК «Институт образования и гуманитарных наук»
- Покровская Н.В., старший преподаватель ОНК «Институт образования и гуманитарных наук»
- Соболева Л.Л., старший преподаватель ОНК «Институт образования и гуманитарных наук»
- Томашевская О.Б., к.п.н., доцент ОНК «Институт образования и гуманитарных наук»
- Ширшова Е.О., к.п.н., доцент ОНК «Институт образования и гуманитарных наук»

Рабочая программа утверждена на заседании Ученого совета ОНК «Институт образования и гуманитарных наук»

Председатель Ученого совета ОНК
«Институт образования и гуманитарных наук» д.п.н., профессор

А.О. Бударина

Руководитель ОПОП

О.С. Коробовцева

Содержание

1. Название образовательного модуля	4
2. Характеристика образовательного модуля	4
3. Методические указания для обучающихся по освоению модуля	6
4. Программы дисциплин образовательного модуля	7
4.1. Программа дисциплины «Гимнастика с методикой преподавания»	7
4.2. Программа дисциплины «Подвижные игры»	25
4.3. Программа дисциплины «Баскетбол с методикой преподавания»	36
4.4. Программа дисциплины «Волейбол с методикой преподавания»	48
4.5. Программа дисциплины «Бадминтон с методикой преподавания»	59
4.6. Программа дисциплины «Настольный теннис с методикой преподавания»	70
4.7. Программа дисциплины «Футбол с методикой преподавания»	81
4.8. Программа дисциплины «Теория и методика преподавания спортивных игр»	92
4.9. Программа дисциплины «Легкая атлетика с методикой преподавания»	104
4.10. Программа дисциплины «Плавание с методикой преподавания»	124
4.11. Программа дисциплины «Спортивно-оздоровительный туризм»	139
5. Программа практики	149
6. Программа итоговой аттестации по модулю	149

1. Название модуля: «Техника и методика обучения базовым видам спорта»

2. Характеристика модуля

2.1. Образовательные цели и задачи

Модуль ставит своей целью эффективное формирование общепрофессиональных и универсальных компетенций на примере базовых видов спорта, являющихся наиболее массовыми, включенными в большинство основных и дополнительных образовательных программы всех ступеней образования, используемыми во всех направлениях педагогической деятельности в сфере физической культуры и спорта. В результате освоения дисциплин модуля студенты научатся осваивать основные технические и тактические действия этих видов, проектировать технологии начального обучения этим действиям, использовать их в учебной и спортивно-массовой работе, а также обеспечивать с их помощью достаточный уровень собственной физической подготовленности к профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта.

2.2. Образовательные результаты выпускника

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ОПК-3	ОПК-3.1 Выбирает виды физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с ФГОС в области образования. ОПК-3.2 Проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств и методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. ОПК-3.3 Анализирует эффективность технологий обучения двигательным действиям и физической подготовки обучающихся.	Знать: технику и тактику базовых видов спорта, основные средства и методы обучения базовым видам спорта, методические основы построения тренировочных занятий по физической культуре и спорту с использованием базовых видов физкультурно-спортивной деятельности и контроля их эффективности, закономерности физической подготовки обучающихся с использованием средств базовых видов спорта, требования образовательных стандартов к использованию базовых видов спорта в области образования Уметь: планировать и проводить тренировочные занятия с использованием средств и методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности, выбирать обоснованные средства оценки эффективности технологий обучения двигательным действиям и физической подготовки обучающихся в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности Владеть: средствами и методами двигательного и когнитивного обучения и

		физической подготовки в базовых видах спорта
БК-2	БК-2.1 Выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов для профилактики травматизма БК-2.2 Анализирует причины возникновения травматизма и заболеваний при занятиях физической культурой и спортом, осуществляет профилактические мероприятия.	Знать: правила техники безопасности при проведении занятий с использованием базовых видов спорта, способы предотвращения травматизма при обучении технике базовых видов спорта, правила страховки при выполнении упражнений базовых видов спорта, способы оказания первой доврачебной помощи Уметь: анализировать причины возникновения травматизма при занятиях базовыми видами физкультурно-спортивной деятельности Владеть: способами профилактики травматизма при занятиях базовыми видами спорта
ОПК-7	ОПК-7.1 Выявляет актуальные методы измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся. ОПК-7.2 Использует результаты контроля в корректировки планов учебной и тренировочной работы. ОПК-7.3 Выявляет особенности планирования и методического сопровождения образовательного процесса в соответствии с ФГОС. ОПК-7.4 Определяет эффективные средства контроля тренировочного и образовательного процесса.	Знать: актуальные методы измерения и оценки технической подготовленности обучающихся в области базовых видов спорта, требования образовательных стандартов к формированию документов планирования и методического сопровождения образовательного процесса в системах общего и дополнительного образования. Уметь: использовать результаты контроля для корректировки планов учебной и тренировочной работы при обучении базовым видам спорта, планировать образовательный процесс с использованием базовых видов спорта Владеть: способами контроля технически двигательных действий в базовых видах спорта, способами определения эффективных средств контроля тренировочного и образовательного процесса с использованием базовых видов спорта
ОПК-6	ОПК-6.1 Организует и проводит соревнования по избранному виду спорта. ОПК-6.2 Решает	Знать: правила базовых видов спорта, технику судейства базовых видов спорта, требования к документационному обеспечению соревнований по базовым видам

	спортивные споры при проведении соревнований.	спорта Уметь: организовывать взаимодействие обучающихся при участии в соревнованиях по базовым видам спорта Владеть: способами предупреждения и решения спортивных споров при проведении соревнований по базовым видам спорта

3. Методические указания для обучающихся по освоению модуля

Освоение дисциплин модуля закладывает базу для будущей профессиональной деятельности в сфере «Техника и методика обучения базовым видам спорта». Оно должно начинаться с внимательного ознакомления с рабочими программами дисциплин, обязательными компонентами которых являются: перечень тем, подлежащих усвоению; задания; списки учебных пособий и рекомендуемой литературы; списки контрольных вопросов, заданий.

При изучении дисциплин модуля необходимо последовательно переходить от дисциплины к дисциплине, от темы к теме, следуя внутренней логике, заложенной в программе дисциплины модуля. Только так можно достичь полного понимания материала, хорошей ориентации в специальной литературе, формирования собственной точки зрения и умений практического характера. Для более глубокого и эффективного освоения дисциплин рекомендуется предварительная подготовка к занятиям.

Особенностью модуля является преобладание на практических занятиях двигательной деятельности. При выполнении упражнений необходимо обратить особое внимание на технику безопасности и правила предотвращения ошибок.

4. Программы дисциплин модуля

4.1 Программа дисциплины «Гимнастика с методикой преподавания»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Гимнастика с методикой преподавания»	8
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	8
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	9
4. Виды учебной работы по дисциплине	9
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам	9
6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине	11
7. Методические рекомендации по видам занятий	15
8. Фонд оценочных средств	15
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	15
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	16
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	21
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	22
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	23
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	24
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	24
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	24

1. Наименование дисциплины: «Гимнастика с методикой преподавания».

Цель дисциплины – формирование способности использовать гимнастические упражнения в организации физкультурно-спортивной деятельности различной направленности.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ОПК-3	ОПК-3.1 Выбирает виды физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с ФГОС в области образования. ОПК-3.2 Проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств и методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. ОПК-3.3 Анализирует эффективность технологий обучения двигательным действиям и физической подготовки обучающихся.	Знать: организационные основы проведения учебных занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием гимнастических упражнений, структуру техники базовых гимнастических упражнений, средства, методы и методические приемы обучения гимнастическим упражнениям Уметь: выполнять качественный показ основных гимнастических упражнений, проводить занятия по базовым видам спорта, использовать их как средства и методы физической подготовки, обучать технике и тактике базовых видов спорта Владеть: методикой проведения занятий по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке обучающихся с использованием базовых видов спорта
ОПК-7	ОПК-7.1 Выявляет актуальные методы измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся. ОПК-7.2 Использует результаты контроля в корректировке планов учебной и тренировочной работы. ОПК-7.3 Выявляет особенности планирования и методического сопровождения образовательного процесса в соответствии с ФГОС. ОПК-7.4 Определяет эффективные средства	Знать: основы техники безопасности на занятиях по гимнастике, основные причины травматизма и способы их предупреждения Уметь: реализовывать правила техники безопасности в организации и проведении занятий по гимнастике, предупреждать типичные ошибки в технике упражнений Владеть: способами безопасного построения упражнений и занятий по гимнастике, способами предупреждения травматизма при выполнении гимнастических упражнений

	контроля тренировочного и образовательного процесса.	
ОПК-6	ОПК-6.1 Организует и проводит соревнования по избранному виду спорта. ОПК-6.2 Решает спортивные споры при проведении соревнований.	Знать: основные правила по спортивной гимнастике, основы методики организации и проведения массовых соревнований по спортивной гимнастике Уметь: применять технику судейства массовых соревнований по спортивной гимнастике Владеть: способами оценки качества выполнения гимнастических упражнений в массовых соревнованиях

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Гимнастика с методикой преподавания» является частью блока дисциплин обязательной части учебного плана, входит в модуль «Техника и методика базовых видов спорта».

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и лабораторных занятиях (в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Гимнастика как вид физических упражнений	Роль гимнастики в системе физического воспитания. Классификация видов гимнастики. История развития гимнастики как системы упражнений и вида спорта. Основы техники гимнастических упражнений.
2	Техника безопасности на занятиях по гимнастике	Правила поведения в гимнастическом зале. Требования к одежде и инвентарю. Техника безопасности при выполнении различных видов гимнастических упражнений. Правила предупреждения травматизма. Страховка и само страховка при выполнении гимнастических упражнений.
3	Гимнастическая терминология	Происхождение и основные правила формирования гимнастической терминологии. Описание положений и движений туловища и конечностей в гимнастических упражнениях. Способы записи упражнений.

4	Строевые упражнения	Значение строевых упражнений в организации деятельности занимающихся гимнастическими упражнениями. Суть и виды построений, перестроений, перемещений. Правила подачи команд.
5	Общеразвивающие упражнения	Общая характеристика, классификация общеразвивающих упражнений. Правила построения комплексов общеразвивающих упражнений. Особенности записи упражнений с предметами.
6	Виды и структура занятий по гимнастике	Формы урочных и неурочных занятий. Цели, задачи и содержание подготовительной части занятия по гимнастике. Цели, задачи и содержание основной части занятия по гимнастике. Цели, задачи и содержание заключительной части занятия по гимнастике.
7	Основы акробатических упражнений	Значение, классификация акробатических упражнений. Основы техники. Стойки. Равновесия. Различные виды кувырков. Колесо. Мост наклоном назад и поворот кругом в упор присев.
8	Снарядная гимнастика	Упражнения на перекладине – основы техники, правила техники безопасности. Висы, спад, подъемы, соскок. Упражнения на брусьях – основы техники, правила техники безопасности. Размахивания, подъемы, перевороты, соскок. Упражнения на бревне - основы техники, правила техники безопасности. Различные виды ходьбы, равновесие, соскок. Опорные прыжки – виды, техника, правила безопасности.
9	Методические основы обучения в гимнастике	Реализация дидактических принципов, этапы обучения, средства и методы обучения, особенности формирования двигательных навыков в различных видах упражнений. Возрастные особенности обучения гимнастическим упражнениям.
10	Физическая подготовка на занятиях по гимнастике	Контроль и развитие ловкости на занятиях по гимнастике, возрастные особенности использования средств и методов. Контроль и развитие гибкости на занятиях по гимнастике, возрастные особенности использования средств и методов. Контроль и развитие силовых способностей на занятиях по гимнастике, возрастные особенности использования средств и методов. Контроль и развитие выносливости на занятиях по гимнастике, возрастные особенности использования средств и методов. Способы регулирования нагрузки. Соотношение общих и специальных качеств в физической подготовке занимающихся гимнастическими упражнениями.
11	Соревнования по гимнастике	Правила вида спорта, требования к документам планирования и отчетности по проведению соревнований. Виды соревнований. Требования к участникам, организаторам, судьям. Основы судейства в спортивной гимнастике.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика учебных занятий *лекционного* типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Гимнастика как вид физических упражнений	Роль гимнастики в системе физического воспитания. Классификация видов гимнастики. История развития гимнастики как системы упражнений и вида спорта. Основы техники гимнастических упражнений.
2	Техника безопасности на занятиях по гимнастике	Правила поведения в гимнастическом зале. Требования к одежде и инвентарю. Техника безопасности при выполнении различных видов гимнастических упражнений. Правила предупреждения травматизма. Страховка и самостраховка при выполнении гимнастических упражнений.
3	Гимнастическая терминология	Происхождение и основные правила формирования гимнастической терминологии. Описание положений и движений туловища и конечностей в гимнастических упражнениях. Способы записи упражнений.
4	Строевые упражнения	Значение строевых упражнений в организации деятельности занимающихся гимнастическими упражнениями. Суть и виды построений, перестроений, перемещений. Правила подачи команд.
5	Общеразвивающие упражнения	Общая характеристика, классификация общеразвивающих упражнений. Правила построения комплексов общеразвивающих упражнений. Особенности записи упражнений с предметами.
6	Виды и структура занятий по гимнастике	Формы урочных и неурочных занятий. Цели, задачи и содержание подготовительной части занятия по гимнастике. Цели, задачи и содержание основной части занятия по гимнастике. Цели, задачи и содержание заключительной части занятия по гимнастике.
7	Основы акробатических упражнений	Значение, классификация акробатических упражнений. Основы техники. Стойки. Равновесия. Различные виды кувырков. Колесо. Мост наклоном назад и поворот кругом в упор присев.
8	Снарядная гимнастика	Упражнения на перекладине – основы техники, правила техники безопасности. Висы, спады, подъемы, соскок. Упражнения на брусьях – основы техники, правила техники безопасности. Размахивания, подъемы, перевороты, соскок. Упражнения на бревне - основы техники, правила техники безопасности. Различные виды ходьбы, равновесие, соскок. Опорные прыжки – виды, техника, правила безопасности.
9	Методические основы обучения в гимнастике	Реализация дидактических принципов, этапы обучения, средства и методы обучения, особенности формирования двигательных навыков в различных видах упражнений. Возрастные особенности обучения гимнастическим упражнениям.
10	Физическая	Контроль и развитие ловкости на занятиях по гимнастике,

	подготовка на занятиях по гимнастике	возрастные особенности использования средств и методов. Контроль и развитие гибкости на занятиях по гимнастике, возрастные особенности использования средств и методов. Контроль и развитие силовых способностей на занятиях по гимнастике, возрастные особенности использования средств и методов. Контроль и развитие выносливости на занятиях по гимнастике, возрастные особенности использования средств и методов. Способы регулирования нагрузки. Соотношение общих и специальных качеств в физической подготовке занимающихся гимнастическими упражнениями.
11	Соревнования по гимнастике	Правила вида спорта, требования к документам планирования и отчетности по проведению соревнований. Виды соревнований. Требования к участникам, организаторам, судьям. Основы судейства в спортивной гимнастике.

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Содержание темы занятия
1	Гимнастика как вид физических упражнений	Роль гимнастики в системе физического воспитания. Классификация видов гимнастики. История развития гимнастики как системы упражнений и вида спорта. Основы техники гимнастических упражнений.
2	Техника безопасности на занятиях по гимнастике	Правила поведения в гимнастическом зале. Требования к одежде и инвентарю. Техника безопасности при выполнении различных видов гимнастических упражнений. Правила предупреждения травматизма. Страховка и самостраховка при выполнении гимнастических упражнений.
3	Гимнастическая терминология	Происхождение и основные правила формирования гимнастической терминологии. Описание положений и движений туловища и конечностей в гимнастических упражнениях. Способы записи упражнений.
4	Строевые упражнения	Значение строевых упражнений в организации деятельности занимающихся гимнастическими упражнениями. Суть и виды построений, перестроений, перемещений. Правила подачи команд.
5	Общеразвивающие упражнения	Общая характеристика, классификация общеразвивающих упражнений. Правила построения комплексов общеразвивающих упражнений. Особенности записи упражнений с предметами.
6	Виды и структура занятий по гимнастике	Формы урочных и неурочных занятий. Цели, задачи и содержание подготовительной части занятия по гимнастике. Цели, задачи и содержание основной части занятия по гимнастике. Цели, задачи и содержание заключительной части занятия по гимнастике.

7	Основы акробатических упражнений	Значение, классификация акробатических упражнений. Основы техники. Стойки. Равновесия. Различные виды кувырков. Колесо. Мост наклоном назад и поворот кругом в упор присев.
8	Снарядная гимнастика	Упражнения на перекладине – основы техники, правила техники безопасности. Висы, спады, подъемы, соскок. Упражнения на брусках – основы техники, правила техники безопасности. Размахивания, подъемы, перевороты, соскок. Упражнения на бревне - основы техники, правила техники безопасности. Различные виды ходьбы, равновесие, соскок. Опорные прыжки – виды, техника, правила безопасности.
9	Методические основы обучения в гимнастике	Реализация дидактических принципов, этапы обучения, средства и методы обучения, особенности формирования двигательных навыков в различных видах упражнений. Возрастные особенности обучения гимнастическим упражнениям.
10	Физическая подготовка на занятиях по гимнастике	Контроль и развитие ловкости на занятиях по гимнастике, возрастные особенности использования средств и методов. Контроль и развитие гибкости на занятиях по гимнастике, возрастные особенности использования средств и методов. Контроль и развитие силовых способностей на занятиях по гимнастике, возрастные особенности использования средств и методов. Контроль и развитие выносливости на занятиях по гимнастике, возрастные особенности использования средств и методов. Способы регулирования нагрузки. Соотношение общих и специальных качеств в физической подготовке занимающихся гимнастическими упражнениями.
11	Соревнования по гимнастике	Правила вида спорта, требования к документам планирования и отчетности по проведению соревнований. Виды соревнований. Требования к участникам, организаторам, судьям. Основы судейства в спортивной гимнастике.

Тематика самостоятельной работы студентов

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Тематика самостоятельных работ
1	Гимнастика как вид физических упражнений	Роль гимнастики в системе физического воспитания. Классификация видов гимнастики. История развития гимнастики как системы упражнений и вида спорта. Основы техники гимнастических упражнений.
2	Техника безопасности на занятиях по гимнастике	Правила поведения в гимнастическом зале. Требования к одежде и инвентарю. Техника безопасности при выполнении различных видов гимнастических упражнений. Правила предупреждения травматизма. Страховка и самостраховка при выполнении гимнастических упражнений.
3	Гимнастическая	Происхождение и основные правила формирования

	терминология	гимнастической терминологии. Описание положений и движений туловища и конечностей в гимнастических упражнениях. Способы записи упражнений.
4	Строевые упражнения	Значение строевых упражнений в организации деятельности занимающихся гимнастическими упражнениями. Суть и виды построений, перестроений, перемещений. Правила подачи команд.
5	Общеразвивающие упражнения	Общая характеристика, классификация общеразвивающих упражнений. Правила построения комплексов общеразвивающих упражнений. Особенности записи упражнений с предметами.
6	Виды и структура занятий по гимнастике	Формы урочных и неурочных занятий. Цели, задачи и содержание подготовительной части занятия по гимнастике. Цели, задачи и содержание основной части занятия по гимнастике. Цели, задачи и содержание заключительной части занятия по гимнастике.
7	Основы акробатических упражнений	Значение, классификация акробатических упражнений. Основы техники. Стойки. Равновесия. Различные виды кувырков. Колесо. Мост наклоном назад и поворот кругом в упор присев.
8	Снарядная гимнастика	Упражнения на перекладине – основы техники, правила техники безопасности. Висы, спад, подъемы, соскок. Упражнения на брусьях – основы техники, правила техники безопасности. Размахивания, подъемы, перевороты, соскок. Упражнения на бревне - основы техники, правила техники безопасности. Различные виды ходьбы, равновесие, соскок. Опорные прыжки – виды, техника, правила безопасности.
9	Методические основы обучения в гимнастике	Реализация дидактических принципов, этапы обучения, средства и методы обучения, особенности формирования двигательных навыков в различных видах упражнений. Возрастные особенности обучения гимнастическим упражнениям.
10	Физическая подготовка на занятиях по гимнастике	Контроль и развитие ловкости на занятиях по гимнастике, возрастные особенности использования средств и методов. Контроль и развитие гибкости на занятиях по гимнастике, возрастные особенности использования средств и методов. Контроль и развитие силовых способностей на занятиях по гимнастике, возрастные особенности использования средств и методов. Контроль и развитие выносливости на занятиях по гимнастике, возрастные особенности использования средств и методов. Способы регулирования нагрузки. Соотношение общих и специальных качеств в физической подготовке занимающихся гимнастическими упражнениями.
11	Соревнования по гимнастике	Правила вида спорта, требования к документам планирования и отчетности по проведению соревнований. Виды соревнований. Требования к участникам, организаторам, судьям. Основы судейства в спортивной гимнастике. Анализ выступления спортсменов на различных соревнованиях.

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п. Следует обратить особое внимание на технику выполнения гимнастических упражнений. В ходе занятия необходимо многократное повторение движений, при котором следует прилагать максимальные усилия по улучшению качества техники (так как в самостоятельной работе большинство двигательных действий выполнять не рекомендуется, в связи с высоким риском травматизма необходим постоянный контроль и страховка со стороны преподавателя).

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контроли- руемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
1 Гимнастика как вид физических упражнений	ОПК-3.1 ОПК-3.2	Ориентировочный этап - тестирование
		Деятельностный этап –

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контроли- руемой	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
2 Техника безопасности на занятиях по гимнастике	ОПК-3.3	самостоятельные работы, практические задания Контрольно-корректировочный этап – самостоятельная работа
3 Гимнастическая терминология	ОПК-7.1	
4 Строевые упражнения	ОПК-7.2	
5 Общеразвивающие упражнения	ОПК-7.3	
6 Виды и структура занятий по гимнастике	ОПК-7.4	
7 Основы акробатических упражнений	ОПК-5.1	
8 Снарядная гимнастика	ОПК-6.1	
9 Методические основы обучения в гимнастике		
10 Физическая подготовка на занятиях по гимнастике		
11 Соревнования по гимнастике		

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности процессе текущего контроля

- практические задания

Строевые упражнения:

1. Освоить технику подачи строевых команд.
 2. Познакомиться с методикой обучения строевым упражнениям.
 3. Овладеть техникой прикладных упражнений (лазание по канату) и методикой их обучения.
 4. Освоить некоторые базовые двигательные действия из гимнастики.
- Для решения поставленных задач предусмотрено ряд средств.

Строевые упражнения

В рамках учебной практики студенту предлагаться реализовать два строевых блока по образцу, т.е. по задаваемому преподавателем алгоритму действий.

Строевой блок №1.

«РАВНЯЙСЬ!» – «СМИРНО!» – «На месте шагом – МАРШ!» – «Группа – ПРЯМО!» – «НА МЕСТЕ!» – «Группа – СТОЙ!».

Строевой блок №2.

«РАВНЯЙСЬ!» – «СМИРНО!» – «На месте шагом – МАРШ!» – «Нале-ВО!» (2 команды) – «Напра-ВО!» (2 команды) – «Кругом – МАРШ!» (2 команды) – «Группа – СТОЙ!».

Строевой блок №3

Подбор и реализация строевых команд под заданные строевые упражнения.

- составление конспектов учебных занятий

Конспекты учебных занятий составляются студентом по завершению каждого практического занятия согласно тематическому плану. Конспект составляется в соответствии с общими требованиями:

Критерий	Качественное

	соответствие
Формулировка задач урока и планирование способов их решения	Сформулировано не менее трех задач, представлены задачи всех трех основных групп, сформулированные задачи в целом соответствуют возрастным особенностям занимающихся и учебной программе, подобранные средства и методы позволяют в целом или частично решить все поставленные задачи, наблюдается взаимосвязь между решением поставленных задач
Структура и содержание урока	В целом прослеживается динамика нагрузки в соответствии с поставленными задачами урока, соблюдены правила определения последовательности упражнений, длительность и содержание подготовительной и заключительной части соответствует задачам урока и возрастным особенностям занимающихся, позволяет решить частные задачи этих частей урока. Рассчитано время выполнения каждого задания, время каждой части и общая длительность урока. Предусмотрено сообщение задач, объяснение каждого задания, подведение итогов занятия, объяснение домашнего задания. Допускаются неточности в дозировке или порядке упражнений, методических указаниях – не противоречащие физиологическим особенностям занимающихся.
Терминология записи упражнений	В целом правильно использована терминология описания упражнений, команд, построений и перестроений. Допускаются ошибки (неточности) в описании исходных положений и основных движений, которые не искажают их смысл.
Планирование организации деятельности занимающихся	В конспекте четко прописана деятельность занимающихся в каждом упражнении, указаны методы организации, в том числе способы разделения на группы, индивидуальные задания. Предусмотрены варианты изменения деятельности в соответствии с возможными вариантами реакции занимающихся, способы оценки и взаимооценки деятельности занимающихся. Спланирована деятельность занимающихся по самоорганизации, взаимодействие с преподавателем и между учениками во время выполнения заданий. Допускаются неточности в определении способов дифференцирования и индивидуализации заданий.
Качество организационно-методических указаний	Организационно-методические указания кратко и информативно отражают особенности выполнения каждого задания, четко указывают способы обеспечения правильной техники движений или рационального способа выполнения задания, предусматривают способы предупреждения и исправления ошибок, способы индивидуализации дозировки или степени сложности упражнений. Допускаются ошибки и неточности в формулировках, не искажающие смысл действий занимающихся.

- тестирование

Тестирование проводится автоматизировано, в электронно-образовательной среде.

Примеры тестовых заданий:

Тема: «Строевые упражнения»

Задание 1. Что такое строй?

1. Строй – это первоначальное построение группы (занимающихся) перед уроком.
2. Строй – это первоначальное построение занимающихся в соответствии с их ростовыми показателями.
3. Строй – это установленное Уставом размещение занимающихся для совместных действий.
4. Строй – это организованная группа занимающихся для совместных действий.

Задание 2. Что такое колонна?

1. Строй занимающихся, в котором они расположены один возле другого на одной линии.
2. Строй, в котором занимающиеся расположены в затылок друг другу.
3. Строй, в котором занимающиеся расположены один возле другого по росту.
4. Строй, в котором занимающиеся передвигаются в обход по залу.

Задание 3. Что такое шеренга?

1. Строй занимающихся, обращенных лицом к преподавателю.
2. Строй, в котором занимающиеся расположены в соответствии с их ростовыми показателями.
3. Строй занимающихся, в котором они расположены один возле другого на одной линии.
4. Строй, в котором занимающиеся расположены в затылок друг другу.

Задание 4. Провой и левой оконечностью строя называется...

1. Фронт. 2. Тыл. 3. Глубина строя. 4. Фланг 5. Ширина строя.

Задание 5. Расстояние между занимающимися в глубину называется...

1. Интервал
2. Ширина строя. 3. Глубина строя. 4. Дистанция.

Задание 6. Что такое интервал?

1. Это расстояние между занимающимися в глубину.
2. Это расстояние по фронту между занимающимися.
3. Это расстояние между флангами.
4. Это расстояние между направляющими и замыкающими в первоначальном построении группы.

Задание 7. Что такое фронт?

1. Сторона строя, в которую занимающиеся обращены лицом, стоя за направляющим.
2. Сторона строя, в которую занимающиеся обращены спиной, имея правый фланг справа.
3. Сторона строя, когда занимающиеся обращены лицом в сторону преподавателя.
4. Сторона строя, в которую занимающиеся обращены лицом, имея правый фланг справа.

Задание 8. Что такое тыл?

1. Сторона строя, в которую занимающиеся обращены спиной.
2. Сторона строя, в которую занимающиеся обращены лицом.
3. Сторона строя, в которую занимающиеся обращены спиной, имея правый фланг справа.
4. Правая и левая оконечности строя.

Тема: «Общеразвивающие упражнения»

Задание 1. Как определяется направление движения?

1. Направление движения определяется по началу движения руками или ногами по отношению к туловищу только в положении стоя.
2. Направление движения определяется по началу движения руками или ногами по отношению к туловищу только в положении лежа на спине.

3. Направление движения определяется по началу движения руками и ногами по отношению к туловищу только в положении лежа на животе.

4. Направление движения определяется по началу движения руками и ногами по отношению к туловищу, независимо от его положения в пространстве (стоя, лежа и т.д.)

Задание 2. Какое из определений относится к движениям одноименным?

1. Движения, выполняемые конечностями в одно и то же время.
2. Движения, выполняемые сначала одной конечностью (рукой или ногой), а затем другой.
3. Движения, совпадающие по направлению со стороной конечности (руки, ноги).
4. Движения, не совпадающие по направлению со стороной, которой соответствует данная конечность.

Задания 3. Какие движения называются разноименными?

1. Движения, не совпадающие по направлению со стороной, которой соответствует данная конечность.
2. Движения, одинаковые для обеих конечностей, но исполняемые по очереди.
3. Движения, одинаковые для обеих конечностей, совершаемые с отставанием одной на половину пути.
4. Движения, выполняемые конечностями в одно и то же время.

Задание 4. Какие движения называются последовательными?

1. Движения, совершаемые в ряде смежных суставов.
2. Движения, совершаемые по очереди.
3. Движения, одинаковые для обеих конечностей.
4. Движения, одинаковые для обеих конечностей, но одна конечность отстает от другой на половину пути.

- выполнение контрольных нормативов по технике базовых видов гимнастических и акробатических упражнений

Контрольные нормативы выполняются согласно правилам вида спорта «Спортивная гимнастика». Комбинации составляются из элементов каждой группы (стойки, кувырки, равновесия), изучаемой на практических занятиях. В нормативы включаются вольные упражнения и упражнения на снарядах в соответствии с полом студента (согласно мужской или женской программе гимнастического многоборья).

- составление и проведение комплекса общеразвивающих упражнений

В каждом семестре студент составляет комплекс общеразвивающих упражнений (ОРУ) по заданию преподавателя (задание включает способ проведения) и записывает его согласно требованиям к конспекту занятий. Проведение должно соответствовать методическим требованиям, предъявляемым к проведению комплекса ОРУ.

- планирование и проведение фрагмента учебного занятия

В каждом семестре студент планирует и проводит фрагмент учебного занятия по гимнастике с преимущественной направленностью на разучивание одного из упражнений, представленных в рабочей программе по физической культуре в общеобразовательной школе (рекомендуемой Министерством Просвещения РФ). Конспект составляется в соответствии с представленными выше требованиями. Проведение должно соответствовать следующим критериям: четкая подача команд при организации деятельности, использование адекватных перестроений, каждое упражнение сопровождается качественным показом и/или объяснением действий, должны быть исправлены ошибки в технике, дозировка соответствует дидактическим принципам, выбор средств и методов обучения соответствует поставленной задаче, соблюден временной регламент, подведены итоги, сделаны рекомендации по совершенствованию разучиваемого технического действия, проведен самоанализ (деятельности и качества решения задачи фрагмента урока).

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

Примерный перечень вопросов к зачету

1 семестр

1. *Виды гимнастики. Методические особенности гимнастики.*
2. *Классификация гимнастических упражнений.*
3. *Техника безопасности при проведении занятий по гимнастике.*
4. *Гимнастика в Древней Греции.*
5. *Развитие гимнастики в Средние века, основные направления.*
6. *Возникновение, создатели, особенности немецкой гимнастики XIX века.*
7. *Возникновение, создатели, особенности Сокольской гимнастики.*
8. *Возникновение, создатели, особенности шведской гимнастики.*
9. *Гимнастика в программе современных Олимпийских игр с 1896 года.*
10. *История развития гимнастики в нашей стране до 1917 года.*
11. *Развитие спортивной гимнастики в СССР.*
12. *Современный этап развития спортивной гимнастики в РФ.*
13. *Возникновение, развитие гимнастической терминологии.*
14. *Основные требования и правила терминологии.*
15. *Терминология акробатических упражнений.*
16. *Терминология общеразвивающих упражнений.*
17. *Терминология упражнений на снарядах.*
18. *Строевые упражнения, классификация, методика обучения в зависимости от возраста.*

2 семестр

19. *Общеразвивающие упражнения, их характеристика и классификация.*
20. *Формы и правила записи ОРУ.*
21. *Способы проведения ОРУ, их особенности и характеристика.*
22. *Правила построения комплексов ОРУ.*
23. *Методы обучения гимнастическим упражнениям.*
24. *Контроль нагрузки в занятиях по гимнастике.*
25. *Упражнения в висах, разновидности висов, методика обучения.*
26. *Упражнения в лазании, перелазании, методика обучения.*
27. *Упражнения в равновесии, методика обучения.*
28. *Упражнения в упорах, разновидности упоров, методика обучения.*
29. *Классификация прыжков в гимнастике, фазы опорного прыжка.*
30. *Методика обучения опорным прыжкам.*

3 семестр:

1. *Урок гимнастики в школе, виды уроков, структура.*
2. *Общая плотность урока гимнастики, характеристика и способы ее увеличения.*
3. *Моторная плотность урока гимнастики, ее характеристика. Приемы повышения моторной плотности.*
4. *Подготовительная часть урока гимнастики, задачи, содержание.*
5. *Основная часть урока гимнастики, задачи, содержание.*
6. *Заключительная часть урока гимнастики, задачи, содержание.*
7. *Методики развития ловкости на занятиях по гимнастике.*
8. *Методики развития гибкости на занятиях по гимнастике.*
9. *Методики развития выносливости на занятиях по гимнастике.*
10. *Методики развития силы на занятиях по гимнастике.*
11. *Музыкальное сопровождение в гимнастике.*
12. *Оборудование мест для занятий гимнастикой.*
13. *Требования к снарядам и одежде в спортивной гимнастике.*

14. *Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике.*

15. *Страховка, самостраховка, помощь на занятиях по гимнастике.*

4 семестр:

1. *Техника акробатических упражнений в начальном общем образовании (классификация упражнений, общая характеристика и структура техники)*
2. *Техника акробатических упражнений в основном общем образовании (классификация упражнений, общая характеристика и структура техники)*
3. *Техника акробатических упражнений в среднем общем образовании (классификация упражнений, общая характеристика и структура техники)*
4. *Основы методики обучения технике акробатических упражнений в начальном общем образовании (общие закономерности, особенности по возрастным и гендерным характеристикам занимающихся, примеры подготовительных и подводящих упражнений, способы страховки, способы предупреждения и устранения ошибок)*
5. *Основы методики обучения технике акробатических упражнений в основном общем образовании (общие закономерности, особенности по возрастным и гендерным характеристикам занимающихся, примеры подготовительных и подводящих упражнений, способы страховки, способы предупреждения и устранения ошибок)*
6. *Техника упражнений на снарядах в основном общем образовании (классификация упражнений, общая характеристика и структура техники)*
7. *Техника упражнений на снарядах в среднем общем образовании (классификация упражнений, общая характеристика и структура техники)*
8. *Основы методики обучения технике упражнений на снарядах в основном общем образовании (общие закономерности, особенности по возрастным и гендерным характеристикам занимающихся, примеры подготовительных и подводящих упражнений, способы страховки, способы предупреждения и устранения ошибок)*
9. *Основы методики обучения технике упражнений на снарядах в среднем общем образовании (общие закономерности, особенности по возрастным и гендерным характеристикам занимающихся, примеры подготовительных и подводящих упражнений, способы страховки, способы предупреждения и устранения ошибок)*

Примерный перечень вопросов к экзамену (5 семестр):

1. *Виды гимнастики. Методические особенности гимнастики.*
2. *Классификация гимнастических упражнений.*
3. *Техника безопасности при проведении занятий по гимнастике.*
4. *Гимнастика в Древней Греции.*
5. *Развитие гимнастики в Средние века, основные направления.*
6. *Возникновение, создатели, особенности немецкой гимнастики XIX века.*
7. *Возникновение, создатели, особенности Сокольской гимнастики.*
8. *Возникновение, создатели, особенности шведской гимнастики.*
9. *Гимнастика в программе современных Олимпийских игр с 1896 года.*
10. *История развития гимнастики в нашей стране до 1917 года.*
11. *Развитие спортивной гимнастики в СССР.*
12. *Современный этап развития спортивной гимнастики в РФ.*
13. *Возникновение, развитие гимнастической терминологии. Основные требования и правила терминологии.*
14. *Терминология акробатических упражнений.*
15. *Терминология общеразвивающих упражнений.*
16. *Терминология упражнений на снарядах.*
17. *Контроль нагрузки в занятиях по гимнастике.*

18. Строевые упражнения, классификация, методика обучения в зависимости от возраста.
19. Общеразвивающие упражнения, их характеристика и классификация.
20. Правила построения комплексов ОРУ.
21. Формы и правила записи ОРУ.
22. Способы проведения ОРУ, их особенности и характеристика.
23. Методы обучения гимнастическим упражнениям.
24. Упражнения в висах, разновидности висов, методика обучения.
25. Упражнения в лазании, перелазании, методика обучения.
26. Упражнения в равновесии, методика обучения.
27. Упражнения в упорах, разновидности упоров, методика обучения.
28. Классификация прыжков в гимнастике, фазы опорного прыжка.
29. Принципы обучения гимнастическим упражнениям.
30. Методика обучения опорным прыжкам.
31. Урок гимнастики в школе, виды уроков, структура.
32. Общая плотность урока гимнастики, характеристика и способы ее увеличения.
33. Моторная плотность урока гимнастики, ее характеристика. Приемы повышения моторной плотности.
34. Подготовительная часть урока гимнастики, задачи, содержание.
35. Основная часть урока гимнастики, задачи, содержание.
36. Заключительная часть урока гимнастики, задачи, содержание.
37. Методики развития физических качеств на занятиях по гимнастике.
38. Музыкальное сопровождение в гимнастике.
39. Оборудование мест для занятий гимнастикой.
40. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике.
41. Страховка, самостраховка, помощь на занятиях по гимнастике.
42. Подготовка и организация спортивно-массовых мероприятий (вечеров, спортивных праздников, театрализованных представлений).
43. Документы планирования и отчетности при проведении соревнований.
44. Виды соревнований в гимнастике, состав судейской коллегии, судейских бригад на отдельных видах.
45. Основы судейства в гимнастике (критерии судейства, классификация ошибок, выведение средней оценки).

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение	<i>Включает нижестоящий</i>	хорошо		71-85

	знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степенью самостоятельности и инициативы	уровень. Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения			
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно		55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Гимнастика. Методика преподавания : учебник / В.М. Миронов, Г.Б. Рабиль, Т.А. Морозевич-Шилюк [и др.] ; под общ. ред. В.М. Миронова. — Москва : ИНФРА-М, 2022. — 335 с. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Лебедихина, Т. М. Гимнастика: теория и методика преподавания : учебное пособие / Т. М. Лебедихина ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. - Екатеринбург : Изд-во Уральского ун-та, 2017. - 112 с. - ISBN 978-5-7996-2054-7. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

Дополнительная литература

1. Баршай, В. М. Гимнастика: учеб. для вузов/ В. М. Баршай, В. Н. Курысь, И. Б. Павлов. - 3-е изд., перераб. и доп.. - М.: Кнорус, 2013. - 312 с.: ил., табл.. - (Бакалавриат). - Библиогр.: с. 304- 305 (26 назв.). Имеются экземпляры в отделах всего /all 30: УБ(29), ч.з.N6(1)
2. Гавердовский, Ю. К. Теория и методика спортивной гимнастики: учеб. для высш. проф. образования : [в 2 т.]/ Ю. К. Гавердовский. - Москва: Сов. спорт, 2014 - 2014. Т. 1. - 368 с.: ил., табл.. - Библиогр.: с. 363. Имеются экземпляры в отделах: ч.з.N6(1)
3. Петров, П. К. Методика преподавания гимнастики в школе: учеб. для вузов/ П. К. Петров. - 2-е изд., испр. и доп.. - Москва: ВЛАДОС, 2014. - 447 с.: ил.. - (Учебник для вузов). - Библиогр. в конце гл.. - Имеются экземпляры в отделах: ч.з.N6(1)
4. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика: учеб. для вузов/ под ред. Е. С. Крючек, Р. Н. Терехиной. - М.: Академия, 2012. - 282, [1] с.: ил., табл.. - (Высшее профессиональное образование. Физическая культура и спорт). - (Бакалавриат). - Библиогр.: с.167. Имеются экземпляры в отделах: ч.з.N6(1)

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- НЭБ Национальная электронная библиотека
- eLIBRARY.RU
- ЭБС Консультант студента

- ООО «Перспект»
- ЭБС ZNANIUM.COM
- ЭБС «Айбукс»
- ЭБС РКИ
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантитана (<https://elib.kantiana.ru/>)
-

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов соответствующее ПО и антивирусное программное обеспечение.

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

Для проведения занятий лекционного типа, лабораторных занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения лабораторных работ, (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

Программа дисциплины «Подвижные игры»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Подвижные игры»	26
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	26
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	26
4. Виды учебной работы по дисциплине	27
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам	27
6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине	27
7. Методические рекомендации по видам занятий	30
8. Фонд оценочных средств	30
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	30
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	31
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	32
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	33
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	34
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	34
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	35
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	35

1. Наименование дисциплины: «Подвижные игры».

Цель дисциплины – овладение студентами системой научно-практических знаний в рассматриваемой области и подготовка к их применению в будущей профессиональной деятельности согласно направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура профилю подготовки «Спортивная подготовка».

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	ОПК-3.1 Выбирает виды физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с ФГОС в области образования. ОПК-3.2 Проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств и методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. ОПК-3.3 Анализирует эффективность технологий обучения двигательным действиям и физической подготовки обучающихся.	Знать: методические основы использования подвижных игр в физическом воспитании и спортивной подготовке в соответствии с образовательными стандартами Уметь: использовать подвижные игры в тренировочных занятиях по физической культуре Владеть: методическими приемами управления игровой деятельностью обучающихся
БК-2. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь, проводить работу по предотвращению применения допинга	БК-2.1 Выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов для профилактики травматизма БК-2.2 Анализирует причины возникновения травматизма и заболеваний при занятиях физической культурой и спортом, осуществляет профилактические мероприятия.	Знать: правила поведения в игровой двигательной активности Уметь: анализировать условия игровой деятельности на предмет риска возникновения травматизма на занятиях по физической культуре и спортом Владеть: способами безопасной организации игровой двигательной активности обучающихся

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина входит в обязательную часть учебного плана подготовки бакалавров физической культуры.

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и лабораторных занятиях (семинарского типа, в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Педагогическая характеристика подвижных игр	Педагогическая классификация подвижных игр, значение подвижных игр в решении задач развития организма и личности, педагогические требования к организации и проведению подвижных игр, структура процесса обучения
2	Подвижные игры для разных возрастных групп занимающихся	Характеристика игр и методика их применения в связи с возрастными особенностями. Подвижные игры для дошкольников. Подвижные игры для младших школьников. Подвижные игры для подростков. Подвижные игры для учащейся молодежи. Возможности применения подвижных игр в физическом воспитании взрослых. Подвижные игры в семейном досуге.
3	Подвижные игры в системе образования	Подвижные игры в решении задач физического воспитания в системе образования, подвижные игры в учебной работе по физической культуре в системе общего и профессионального образования, подвижные игры в физкультурно-массовой работе в системе общего и профессионального образования. Физкультурно-спортивные праздники с использованием спортивных подвижных игр.
4	Подвижные игры в спортивной подготовке	Классификация подвижных игр для решения задач спортивной подготовки на различных этапах. Подвижные игры с отборе и спортивной ориентации. Подвижные игры в физической подготовке спортсменов. Подвижные игры в технической подготовке спортсменов. Подвижные игры в тактической подготовке спортсменов. Подвижные игры в психологической подготовке. Особенности подвижных игр в спортивной подготовке в избранном виде спорта.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика учебных занятий *лекционного* типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Педагогическая характеристика подвижных игр	Педагогическая классификация подвижных игр, значение подвижных игр в решении задач развития организма и личности, педагогические требования к организации и проведению подвижных игр, структура процесса обучения
2	Подвижные игры для разных возрастных групп занимающихся	Характеристика игр и методика их применения в связи с возрастными особенностями. Подвижные игры для дошкольников. Подвижные игры для младших школьников. Подвижные игры для подростков. Подвижные игры для учащейся молодежи. Возможности применения подвижных игр в физическом воспитании взрослых. Подвижные игры в семейном досуге.
3	Подвижные игры в системе образования	Подвижные игры в решении задач физического воспитания в системе образования, подвижные игры в учебной работе по физической культуре в системе общего и профессионального образования, подвижные игры в физкультурно-массовой работе в системе общего и профессионального образования. Физкультурно-спортивные праздники с использованием спортивных подвижных игр.
4	Подвижные игры в спортивной подготовке	Классификация подвижных игр для решения задач спортивной подготовки на различных этапах. Подвижные игры в отборе и спортивной ориентации. Подвижные игры в физической подготовке спортсменов. Подвижные игры в технической подготовке спортсменов. Подвижные игры в тактической подготовке спортсменов. Подвижные игры в психологической подготовке. Особенности подвижных игр в спортивной подготовке в избранном виде спорта.

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Содержание темы занятия
1	Педагогическая характеристика подвижных игр	Педагогическая классификация подвижных игр, значение подвижных игр в решении задач развития организма и личности, педагогические требования к организации и проведению подвижных игр, структура процесса обучения
2	Подвижные игры для разных возрастных групп занимающихся	Характеристика игр и методика их применения в связи с возрастными особенностями. Подвижные игры для дошкольников. Подвижные игры для младших

		школьников. Подвижные игры для подростков. Подвижные игры для учащейся молодежи. Возможности применения подвижных игр в физическом воспитании взрослых. Подвижные игры в семейном досуге.
3	Подвижные игры в системе образования	Подвижные игры в решении задач физического воспитания в системе образования, подвижные игры в учебной работе по физической культуре в системе общего и профессионального образования, подвижные игры в физкультурно-массовой работе в системе общего и профессионального образования. Физкультурно-спортивные праздники с использованием спортивных подвижных игр.
4	Подвижные игры в спортивной подготовке	Классификация подвижных игр для решения задач спортивной подготовки на различных этапах. Подвижные игры в отборе и спортивной ориентации. Подвижные игры в физической подготовке спортсменов. Подвижные игры в технической подготовке спортсменов. Подвижные игры в тактической подготовке спортсменов. Подвижные игры в психологической подготовке. Особенности подвижных игр в спортивной подготовке в избранном виде спорта.

Тематика самостоятельной работы студентов

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Тематика самостоятельных работ
1	Педагогическая характеристика подвижных игр	Педагогическая классификация подвижных игр, значение подвижных игр в решении задач развития организма и личности, педагогические требования к организации и проведению подвижных игр, структура процесса обучения
2	Подвижные игры для разных возрастных групп занимающихся	Характеристика игр и методика их применения в связи с возрастными особенностями. Подвижные игры для дошкольников. Подвижные игры для младших школьников. Подвижные игры для подростков. Подвижные игры для учащейся молодежи. Возможности применения подвижных игр в физическом воспитании взрослых. Подвижные игры в семейном досуге.
3	Подвижные игры в системе образования	Подвижные игры в решении задач физического воспитания в системе образования, подвижные игры в учебной работе по физической культуре в системе общего и профессионального образования, подвижные игры в физкультурно-массовой работе в системе общего и профессионального образования. Физкультурно-спортивные праздники с использованием спортивных подвижных игр.
4	Подвижные игры в спортивной подготовке	Классификация подвижных игр для решения задач спортивной подготовки на различных этапах. Подвижные игры в отборе и спортивной ориентации. Подвижные игры в физической подготовке спортсменов. Подвижные игры в технической подготовке спортсменов. Подвижные игры в тактической подготовке спортсменов. Подвижные

		игры в психологической подготовке. Особенности подвижных игр в спортивной подготовке в избранном виде спорта.

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
1. Педагогическая характеристика подвижных игр 2. Подвижные игры для разных возрастных групп	ОПК-3 БК-2	Ориентировочный этап – устный опрос, тестирование
		Деятельностный этап – письменная работа
		Контрольно-корректировочный этап –

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контроли- руемой	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
занимающихся 3. Подвижные игры в системе образования 4. Подвижные игры в спортивной подготовке		проведение игры

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности процессе текущего контроля

– **устный опрос** проводится на практических занятиях. Студент должен дать короткий ответ, в котором отражены общие закономерности рассматриваемого вопроса. Примерный перечень вопросов:

- Педагогическая классификация подвижных игр,
- Значение подвижных игр в решении задач развития организма и личности,
- Педагогические требования к организации и проведению подвижных игр, структура процесса обучения
- Характеристика игр и методика их применения в связи с возрастными особенностями.
- Подвижные игры для дошкольников.
- Подвижные игры для младших школьников.
- Подвижные игры для подростков.
- Подвижные игры для учащейся молодежи.
- Возможности применения подвижных игр в физическом воспитании взрослых.
- Подвижные игры в семейном досуге.
- Подвижные игры в решении задач физического воспитания в системе образования
- Подвижные игры в учебной работе по физической культуре в системе общего и профессионального образования,
- Подвижные игры в физкультурно-массовой работе в системе общего и профессионального образования.
- Физкультурно-спортивные праздники с использованием спортивных подвижных игр.
- Классификация подвижных игр для решения задач спортивной подготовки на различных этапах.
- Подвижные игры в отборе и спортивной ориентации.
- Подвижные игры в физической подготовке спортсменов.
- Подвижные игры в технической подготовке спортсменов.
- Подвижные игры в тактической подготовке спортсменов.
- Подвижные игры в психологической подготовке.
- Особенности подвижных игр в спортивной подготовке в избранном виде спорта.

– **тестирование** проводится автоматизированно, в электронно-информационной образовательной среде БФУ им.И.Канта. Тестовые задания в закрытой форме при необходимости выбора единственного верного ответа имеют круглый селектор, при множественном выборе – квадратный. Используются также задания на сопоставление вариантов и в открытой форме с вводом короткого ответа (одним словом). Для получения оценки «зачтено» необходимо верно ответить не менее, чем на 60% тестовых заданий

– **письменная работа** «Описание подвижных игр». Выполняется описание следующих категорий подвижных игр согласно схеме, приведенной в методических рекомендациях: пять игр для каждой ступени школьной программы, пять игр типа эстафет и

пять подвижных игр для тренировочного процесса в избранном виде спорта. Оценка «зачтено» выставляется, если описаны 15 игр, при этом в схемах присутствуют все элементы без существенных ошибок, искажающих смысл игры.

СХЕМА ОПИСАНИЯ ПОДВИЖНОЙ ИГРЫ

Название игры

Ф.И.О. студента -

Курс, группа -

Контингент (возраст и количество играющих) -

Задачи:

1)

2)

3)

Инвентарь:

Схема расстановки играющих:

Описание функций игроков и хода игры:

Управление игровой деятельностью:

Варианты упрощения или усложнения правил игры:

– **проведение подвижной игры.** Каждый студент проводит на своей учебной группе одну подвижную игру для одной из возрастных категорий школьников. Для проведения должна быть самостоятельно выбрана или составлена подвижная игра, которая не может полностью повторять ни одну из тех, которые были отработаны на практических занятиях. Перед проведением игры студент представляет ее описание согласно схеме. Оценку зачтено студент получает, если схема соответствует требованиям, при проведении не было допущено значительных ошибок, которые не позволили достичь цели, привели к конфликтным ситуациям, возможности получения травм и другим нарушениям методики проведения занятий по подвижным и спортивным играм. Для подготовки конспекта игры и ее проведения на учебной группе необходимо ознакомиться с методической литературой и подобрать подвижную игру, составить конспект игры в соответствии с предлагаемой схемой (представлена выше). Предоставить конспект на проверку преподавателю за несколько дней до проведения игры и в назначенный день провести игру на учебной группе.

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

1. Место подвижных игр в современной системе физического воспитания.
2. Возникновение и развитие игры.
3. Понятие об игре и игровой деятельности.
4. Взгляды на игру отечественных педагогов и ученых.
5. Характеристика подвижных игр, их отличие от других видов игр.
6. Педагогическая характеристика подвижных игр.
7. Классификация подвижных игр.
8. Подготовка руководителя к проведению игры.
9. Составление конспекта одной из подвижных игр.
10. Способы организации играющих.
11. Требования к руководству процессом игры.
12. Подведение итогов игры.
13. Раскрыть особенности проведения подвижных игр-эстафет.
14. Особенности методики проведения подвижных игр-пятнашек.

15. Подвижные игры для детей 7-9 лет, применяемые с учетом анатомо-физиологических и психологических особенностей развития.
16. Задачи и методические требования к проведению подвижных игр с детьми 7-9 лет.
17. Подвижные игры для подростков 10-12 лет, применяемые с учетом анатомо- физиологических и психологических особенностей развития.
18. Задачи и методические требования к проведению подвижных игр с подростками 10-12 лет.
19. Подвижные игры для подростков 13-15 лет, применяемые с учетом анатомо- физиологических и психологических особенностей развития.
20. Задачи и методические требования к проведению подвижных игр с подростками 13-15 лет.
21. Подвижные игры для старшеклассников, применяемые с учетом анатомо- физиологических и психологических особенностей развития.
22. Задачи и методические требования к проведению подвижных игр со старшеклассниками.
23. Особенности методики проведения подвижных игр с дошкольниками.
24. Особенности проведения и задачи подвижных игр на уроках физической культуры.
25. Использование подвижных игр во внеклассной работе школы.
26. Методика организации и проведения соревнований по подвижным играм.
27. Составление положения и программы спортивного праздника.
28. Требования к организации, проведению и подведению итогов спортивного праздника.
29. Организация подвижных игр по месту жительства.
30. Особенности использования подвижных игр в детских оздоровительных лагерях.
31. Методика проведения подвижных игр на пересеченной местности.
32. Методика проведения подвижных игр на воде.
33. Раскрыть значение подвижных игр на занятиях в ДЮСШ.
34. Использование подвижных игр для воспитания силы и быстроты.
35. Использование подвижных игр для воспитания выносливости, ловкости и гибкости.
36. Использование подвижных игр в занятиях спортивными играми.
37. Использование подвижных игр в технической, тактической и психической подготовке спортсмена.
38. Подвижные игры в различные периоды спортивной тренировки.
39. Использование различного инвентаря и наглядных пособий в зависимости от контингента и места проведения.
40. Характеристика подвижных игр, исходя из принципа взаимоотношений участников в игре.

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	Включает нижестоящий уровень. Умение самостоятельно	отлично	зачтено	86-100

		принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий			
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степенью самостоятельности и инициативы	<i>Включает</i> <i>нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо		71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно		55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Физическая культура (подготовка). Спортивные и подвижные игры: учебное пособие / под науч. ред. Е.А. Таран. — Москва : ИНФРА-М, 2024. — 196 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-112557-1. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Лях, В. И. Физическая культура. 10-11 класс. Базовый уровень / В. И. Лях. - 11-е изд., стер. - Москва : Просвещение, 2023. - 271 с. - ISBN 978-5-09-103628-2. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

Дополнительная литература

1. Теория и методика воспитания и обучения детей раннего и дошкольного возраста : учебник / С.А. Козлова, А.Ш. Шахманова, Е.О. Полосухина, Л.А. Каченовская. — Москва : ИНФРА-М, 2021. — 237 с. + Доп. материалы [Электронный ресурс]. — (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI 10.12737/textbook_5ca5ab3e550710.93813738. - ISBN 978-5-16-014068-1. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры [Электронный ресурс]: учебник/ [Ю. М. Макаров [и др.] ; под ред. Ю. М. Макарова. - Москва: Академия, 2014. - 1 эл. опт. диск (CD-ROM), 272 с.. - (Высшее образование - бакалавриат). - Вариант загл.: Подвижные игры. - Библиогр.: с. 267-268. - Лицензия до 31.12.2020 г. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС Кантиана(1), ч.з.N1(1)
3. Мостовая, Т. Н. Подвижные игры в системе физического воспитания в ВУЗе : учебно-методическое пособие / Т. Н. Мостовая. - Орел : МАБИВ, 2018. - 72 с. - Текст: электронный. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
4. Физическая культура и спорт : учебно-методическое пособие для обучающихся по укрупненным группам направлений: 43.00.00 «Сервис и туризм», 48.00.00

«Гуманитарные науки», 50.00.00 «Искусство и культура», 51.00.00 «Культуроведение и социокультурные проекты», 52.00.00 «Сценические искусства и литературное творчество», 53.00.00 «Музыкальное искусство», 54.00.00 «Изобразительное и прикладные виды искусств», квалификация (степень) выпускника «бакалавр» / авт.-сост. : Н. А. Лопатин, А. И. Шульгин ; Кемеров. гос. ин-т культуры. - Кемерово : Кемеров. гос. ин-т культуры, 2019. - 99 с. - ISBN 978-5-8154-0493-9. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- НЭБ Национальная электронная библиотека, диссертации и прочие издания
- eLIBRARY.RU Научная электронная библиотека, книги, статьи, тезисы докладов конференций
- ЭБС ZNANIUM.COM
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов ПО, соответствующее стандартным учебным задачам.

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

Для проведения занятий лекционного типа, лабораторных занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения лабораторных работ (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п. 11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

4.3. Программа дисциплины «Баскетбол с методикой преподавания»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Баскетбол с методикой преподавания»	37
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	37
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	38
4. Виды учебной работы по дисциплине	40
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам	40
6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине	42
7. Методические рекомендации по видам занятий	43
8. Фонд оценочных средств	44
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	44
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	43
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	44
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	45
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	46
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	46
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	46
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	47

1. Наименование дисциплины: «Баскетбол с методикой преподавания».

Цель дисциплины – овладение студентами системой научно-практических знаний в области применения средств баскетбола для решения задач физического воспитания обучающихся или спортивной подготовки.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	ОПК-3.1 Выбирает виды физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с ФГОС в области образования. ОПК-3.2 Проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств и методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. ОПК-3.3 Анализирует эффективность технологий обучения двигательным действиям и физической подготовки обучающихся.	Знать: технику и тактику баскетбола, основные средства и методы обучения баскетболу, методические основы построения тренировочных занятий по физической культуре и спорту с использованием баскетбола и контроля их эффективности, закономерности физической подготовки обучающихся с использованием средств баскетбола, требования образовательных стандартов к использованию баскетбола в области образования Уметь: планировать и проводить тренировочные занятия с использованием средств и методов баскетбола, выбирать обоснованные средства оценки эффективности технологий обучения двигательным действиям и физической подготовки обучающихся в баскетболе Владеть: средствами и методами двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки в баскетболе
ОПК-6 Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	ОПК-6.1 Организует и проводит соревнования по избранному виду спорта. ОПК-6.2 Решает спортивные споры при проведении соревнований	Знать: правила баскетбола, технику судейства баскетбола, требования к документационному обеспечению соревнований по баскетболу Уметь: организовывать взаимодействие обучающихся при участии в соревнованиях по баскетболу Владеть: способами предупреждения и решения спортивных споров при проведении соревнований по баскетболу
ОПК-7 Способен осуществлять	ОПК-7.3 Выявляет особенности планирования и	Знать: требования образовательных стандартов к формированию

методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	методического сопровождения образовательного процесса в соответствии с ФГОС. ОПК-7.4 Определяет эффективные средства контроля тренировочного и образовательного процесса.	документов планирования и методического сопровождения образовательного процесса в системах общего и дополнительного образования Уметь: планировать образовательный процесс с использованием баскетбола Владеть: способами определения эффективных средств контроля тренировочного и образовательного процесса с использованием баскетбола

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина входит в обязательную учебную программу подготовки бакалавров физической культуры.

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и практических занятиях (семинарского типа, в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Тема 1. Общая характеристика баскетбола. Основы техники игры в баскетбол	Общая характеристика баскетбола, история возникновения, эволюция правил, развитие баскетбола в России. Техника стойки и перемещений баскетболиста. Техника остановок и поворотов баскетболиста. Техника передачи мяча 2-мя руками от груди. Техника передачи мяча 2-мя руками от груди во встречном и параллельном движении. Техника ведения мяча на месте, в движении по прямой и с изменением направления. Техника броска мяча одной рукой от плеча (сверху) с места. Техника броска в движении после 2-х шагов, в движении после ведения, в движении после ловли и передачи мяча.

		Техника выбивания и вырывания мяча. Техника подбора мяча, отскочившего от щита.
2	Тема 2. Основы тактики игры в баскетбол	Индивидуальные, групповые и командные действия в защите и в нападении – классификация, варианты использования, правила применения.
3	Тема 3. Методика проведения занятий по баскетболу	Задачи, последовательность обучения, средства и методы обучения на каждом этапе (начальное разучивание, углубленное разучивание, закрепление и совершенствование), способы предупреждения, диагностики и устранения ошибок, средства и методы контроля эффективности обучения, способы обеспечения надежности и вариативности техники и тактики. Планирование и проведение фрагмента занятия по решению задач обучения технике и тактике игры.
4	Тема 4. Организация и проведение соревнований по баскетболу	Основы методики судейства. Организация и проведение соревнований. Основные документы. Протокол игры. Техника судейства. Разбор примеров. Выполнение функций судьи в поле.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика учебных занятий *лекционного* типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Тема 1. Основы техники игры в баскетбол	Классификация техники игры, особенности и правила применения.
2	Тема 2. Основы тактики игры в баскетбол	Индивидуальные, групповые и командные действия в защите и в нападении – классификация, варианты использования, правила применения.
3	Тема 3. Методика проведения занятий по баскетболу	Задачи, последовательность обучения, средства и методы обучения на каждом этапе (начальное разучивание, углубленное разучивание, закрепление и совершенствование), способы предупреждения, диагностики и устранения ошибок, средства и методы контроля эффективности обучения, способы обеспечения надежности и вариативности техники и тактики.
4	Тема 4. Организация и проведение соревнований по баскетболу	Основы методики судейства. Организация и проведение соревнований. Основные документы. Протокол игры. Техника судейства.

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

№ п/п	Наименование разделов и тем	Содержание темы занятия

	дисциплины/ модуля	
1	Тема 1. Основы техники игры в баскетбол	Техника стоек и перемещений баскетболиста. Техника остановок и поворотов баскетболиста. Техника передачи мяча 2-мя руками от груди. Техника передачи мяча 2-мя руками от груди во встречном и параллельном движении. Техника ведения мяча на месте, в движении по прямой и с изменением направления. Техника броска мяча одной рукой от плеча (сверху) с места. Техника броска в движении после 2-х шагов, в движении после ведения, в движении после ловли и передачи мяча. Техника выбивания и вырывания мяча. Техника подбора мяча, отскочившего от щита.
2	Тема 2. Основы тактики игры в баскетбол	Индивидуальные, групповые и командные действия в защите и в нападении – классификация, варианты использования, правила применения.
3	Тема 3. Методика проведения занятий по баскетболу	Задачи, последовательность обучения, средства и методы обучения на каждом этапе (начальное разучивание, углубленное разучивание, закрепление и совершенствование), способы предупреждения, диагностики и устранения ошибок, средства и методы контроля эффективности обучения, способы обеспечения надежности и вариативности техники и тактики. Проведение фрагмента занятия по решению задач обучения технике и тактике игры.
4	Тема 4. Организация и проведение соревнований по баскетболу	Основы методики судейства. Организация и проведение соревнований. Основные документы. Протокол игры. Техника судейства. Разбор примеров. Выполнение функций судьи в поле.

Тематика самостоятельной работы студентов

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Тематика самостоятельных работ
1	Тема 1. Основы техники игры в баскетбол	Техника стоек и перемещений баскетболиста. Техника остановок и поворотов баскетболиста. Техника передачи мяча 2-мя руками от груди. Техника передачи мяча 2-мя руками от груди во встречном и параллельном движении. Техника ведения мяча на месте, в движении по прямой и с изменением направления. Техника броска мяча одной рукой от плеча (сверху) с места. Техника броска в движении после 2-х шагов, в движении после ведения, в движении после ловли и передачи мяча. Техника выбивания и вырывания мяча. Техника подбора мяча, отскочившего от щита.
2	Тема 2. Основы тактики игры в	Индивидуальные, групповые и командные действия в защите и в нападении – классификация, варианты

	баскетбол	использования, правила применения.
3	Тема 3. Методика проведения занятий по баскетболу	Задачи, последовательность обучения, средства и методы обучения на каждом этапе (начальное разучивание, углубленное разучивание, закрепление и совершенствование), способы предупреждения, диагностики и устранения ошибок, средства и методы контроля эффективности обучения, способы обеспечения надежности и вариативности техники и тактики. Планирование фрагмента занятия по решению задач обучения технике и тактике игры.
4	Тема 4. Организация и проведение соревнований по баскетболу	Основы методики судейства. Организация и проведение соревнований. Основные документы. Протокол игры. Техника судейства. Разбор примеров. Выполнение функций судьи в поле.

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

Особенностью дисциплины является практическая направленность на освоение методики обучения, качественное использование средств данного базового вида спорта в системе образования. Каждый студент выполняет планирование и проведение фрагмента занятия. Для подготовки рекомендуется использовать стандартную форму плана-конспекта урока по физической культуре – указать тему, цель и задачи занятия, место проведения, используемый инвентарь, далее структурировать содержание в таблице (предусмотреть типичные ошибки, способы регулирования нагрузки, проиллюстрировать необходимые моменты схемами, рисунками).

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Тема 1. Основы техники игры в баскетбол Тема 2. Основы тактики игры в баскетбол Тема 3. Методика проведения занятий по баскетболу Тема 4. Организация и проведение соревнований по баскетболу	ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-7.1 ОПК-7.2	Ориентировочный этап – устный опрос, тестирование
		Деятельностный этап – письменная работа, выполнение практических нормативов по технической подготовленности
		Контрольно-корректировочный этап – планирование и проведение фрагмента занятия

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля

– **устный опрос:** проводится во время практических занятий. Студенты должны дать описание технического или тактического действия, рассматриваемого на предыдущем занятии – выделить определяющее звено, основу техники, детали, варианты использования, правила применения, типичные ошибки и способы их предупреждения и исправления.

– **тестирование** - проводится в электронно-информационной среде БФУ им.И.Канта. Тестовые задания в закрытой форме при необходимости выбора единственного верного ответа имеют круглый селектор, при множественном выборе – квадратный. Используются также задания на сопоставление вариантов и в открытой форме с вводом короткого ответа (одним словом). Для получения оценки «зачтено» необходимо верно ответить не менее, чем на 60% тестовых заданий.

– **письменные работы: конспекты учебных занятий.** После каждого практического занятия студенты составляют их планы-конспекты. Форма таблицы приведена в методических рекомендациях. Критерий оценки конспекта – соответствие структуры и содержания, правильная запись упражнений и методических указаний. При соблюдении этих критериев для всех конспектов занятий выставляется общая оценка «зачтено».

– **контрольные нормативы** по технической подготовленности: Штрафные броски (10 попыток, для девушек – не менее 6 эффективных, для юношей – не менее 7). Комбинация (начало от лицевой линии, ведение мяча на противоположную сторону площадки, остановка прыжком, передача двумя руками от груди партнеру, ловля, поворот

плечом вперед или назад, ведение мяча по диагонали к пересечению боковой линии, остановка в два шага, передача двумя руками от груди партнеру, ловля, ведение мяча по линии центрального круга, ведение на кольцо, бросок в щит, подбор мяча, отскочившего от щита, эффективный бросок в кольцо (повторять до попадания), подбор, ведение правой рукой в обход трехсекундной зоны, эффективный бросок после двух шагов одной рукой сверху, подбор, ведение левой рукой в обход трехсекундной зоны, эффективный бросок после двух шагов одной рукой сверху, подбор, бросок в центральный круг). Время выполнение ограничено для юношей 36 секундами, для девушек – 41.

– **планирование и проведение фрагмента учебного занятия.** Каждый студент проводит по два фрагмента учебных занятий – подготовительная часть и основная (по обучению одному из базовых технических элементов). Конспект составляется по общим требованиям. Оценка конспекта проводится по пяти показателям (приведены ниже в таблице). Проведение оценивается по четырем критериям – четкое сообщение задач занятия и подача команд, соответствие структуры и содержания плану-конспекту, текущий контроль (исправление ошибок в технике, контроль дозировки), проведение самоанализа (выводы об эффективности решения поставленных задач).

Критерии оценки качества плана-конспекта урока

Критерий	Качественное соответствие
Формулировка задач урока и планирование способов их решения	Сформулировано не менее трех задач, представлены задачи всех трех основных групп, сформулированные задачи в целом соответствуют возрастным особенностям занимающихся и учебной программе, подобранные средства и методы позволяют в целом или частично решить все поставленные задачи, наблюдается взаимосвязь между решением поставленных задач
Структура и содержание урока	В целом прослеживается динамика нагрузки в соответствии с поставленными задачами урока, соблюдены правила определения последовательности упражнений, длительность и содержание подготовительной и заключительной части соответствует задачам урока и возрастным особенностям занимающихся, позволяет решить частные задачи этих частей урока. Рассчитано время выполнения каждого задания, время каждой части и общая длительность урока. Предусмотрено сообщение задач, объяснение каждого задания, подведение итогов занятия, объяснение домашнего задания. Допускаются неточности в дозировке или порядке упражнений, методических указаниях – не противоречащие физиологическим особенностям занимающихся.
Терминология записи упражнений	В целом правильно использована терминология описания упражнений, команд, построений и перестроений. Допускаются ошибки (неточности) в описании исходных положений и основных движений, которые не искажают их смысл.
Планирование организации деятельности занимающихся	В конспекте четко прописана деятельность занимающихся в каждом упражнении, указаны методы организации, в том числе способы разделения на группы, индивидуальные задания. Предусмотрены варианты изменения деятельности в соответствии с возможными вариантами реакции занимающихся, способы оценки и взаимооценки деятельности занимающихся. Спланирована деятельность занимающихся по

	самоорганизации, взаимодействие с преподавателем и между учениками во время выполнения заданий. Допускаются неточности в определении способов дифференцирования и индивидуализации заданий.
Качество организационно-методических указаний	Организационно-методические указания кратко и информативно отражают особенности выполнения каждого задания, четко указывают способы обеспечения правильной техники движений или рационального способа выполнения задания, предусматривают способы предупреждения и исправления ошибок, способы индивидуализации дозировки или степени сложности упражнений. Допускаются ошибки и неточности в формулировках, не искажающие смысл действий занимающихся.

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

1. История возникновения и развитие баскетбола.
2. Развитие баскетбола в стране.
3. Отечественный баскетбол на международной арене.
4. Классификация технических приемов в нападении и защите.
5. Классификация тактических действий в защите.
6. Классификация тактических действий в нападении.
7. Стойки и передвижения баскетболистов в защите и нападении. Анализ техники и методика обучения.
8. Остановки и повороты. Классификация. Анализ техники, методика обучения.
9. Ловля и передача мяча двумя руками от груди. Анализ техники и методика обучения.
10. Передача мяча одной рукой от плеча. Анализ техники, методика обучения.
11. Ведение мяча. Классификация. Анализ техники и методика обучения.
12. Бросок мяча одной или двумя руками сверху. Анализ техники и методика обучения.
13. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после двух шагов. Анализ техники и методика обучения.
14. Бросок мяча в прыжке одной или двумя руками. Анализ техники, методика обучения.
15. Выбивания, вырывания, перехваты. Анализ техники, методика обучения.
16. Правила отсчета времени /3, 5, 8, 24/, их нарушения и наказания.
17. Обыгрывание соперника ведением. Методика обучения ведению с изменением направления.
18. Обманные действия (финты). Классификация. Анализ техники, методика обучения.
19. Подбор мяча, отскочившего от щита. Анализ техники, методика обучения.
20. Заслоны. Сущность, варианты, методика обучения.
21. Индивидуальные тактические действия в баскетболе. Сущность, варианты, методика обучения.
22. Групповые тактические действия в защите. Сущность, варианты, методика обучения.
23. Групповые тактические действия в нападении. Сущность, варианты, методика обучения.
24. Командные тактические действия в защите. Сущность, варианты.
25. Командные тактические действия в нападении. Быстрый прорыв. Методика обучения и тренировки.
26. Командные тактические действия в нападении. Позиционное нападение. Методика обучения и тренировки.
27. Личная система защиты. Сущность, варианты, методика обучения и тренировки.

28. Зонная система защиты. Сущность, варианты, методика обучения и тренировки.
29. Смешанная система защиты. Сущность, варианты, методика обучения и тренировки.
30. Физическая подготовка баскетболиста. Понятие ОФП СФП. Их отличие и взаимосвязь в учебно-тренировочном процессе.
31. Нарушение правил контроля мячом (ведение, возвращение мяча в тыловую зону) и наказания. Спорный мяч, определение, вбрасывание. Продолжительность игры, результат игры. Лишение права игры перед началом.
32. Штрафные броски. Момент назначения, расстановка, нарушение выполнения штрафного броска.
33. Оборудование и инвентарь для игры в баскетбол (площадка, мяч, техническое оборудование).
34. Протокол игры.
35. Положение о соревнованиях.
36. Заброшенный мяч, когда он засчитывается. Его оценка.
37. Фолы (персональный, технический, умышленный, дисквалифицирующий). Процедура при совершении фола. 5 фолов игрока; 4 фола команды.
38. Особенности обучения баскетболу в школе.
39. Организация занятий по баскетболу на уроках физической культуры.
40. Формы внеклассной работы с использованием баскетбола.
41. Возможности применения баскетбола в спортивной подготовке по избранному виду спорта.

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степенью самостоятельности и инициативы	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо		71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно		55-70

Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня	неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Физическая культура (подготовка). Спортивные и подвижные игры: учебное пособие / под науч. ред. Е.А. Таран. — Москва: ИНФРА-М, 2024. — 196 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-112557-1. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Лях, В. И. Физическая культура. 10-11 класс. Базовый уровень / В. И. Лях. - 11-е изд., стер. - Москва: Просвещение, 2023. - 271 с. - ISBN 978-5-09-103628-2. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

Дополнительная литература

1. Физическая культура и спорт : учебно-методическое пособие для обучающихся по укрупненным группам направлений: 43.00.00 «Сервис и туризм», 48.00.00 «Гуманитарные науки», 50.00.00 «Искусство и культура», 51.00.00 «Культуроведение и социокультурные проекты», 52.00.00 «Сценические искусства и литературное творчество», 53.00.00 «Музыкальное искусство», 54.00.00 «Изобразительное и прикладные виды искусств», квалификация (степень) выпускника «бакалавр» / авт.-сост. : Н. А. Лопатин, А. И. Шульгин ; Кемеров. гос. ин-т культуры. - Кемерово : Кемеров. гос. ин-т культуры, 2019. - 99 с. - ISBN 978-5-8154-0493-9. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 16.11.2022 № 1006 "Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта "баскетбол" (Зарегистрирован 19.12.2022 № 71656)
<http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202212200021>

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- НЭБ Национальная электронная библиотека
- eLIBRARY.RU
- ЭБС Консультант студента
- ООО «Проспект»
- ЭБС ZNANIUM.COM
- ЭБС «Айбукс»
- ЭБС РКИ
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;

- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов ПО, соответствующее стандартным учебным задачам.

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

Для проведения занятий лекционного типа, лабораторных занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения лабораторных работ (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

4.4. Программа дисциплины «Волейбол с методикой преподавания»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Волейбол с методикой преподавания»	49
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	49
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	50
4. Виды учебной работы по дисциплине	50
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам	50
6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине	51
7. Методические рекомендации по видам занятий	53
8. Фонд оценочных средств	53
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	53
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	54
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	56
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	57
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	57
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	58
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	58
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	58

1. Наименование дисциплины: «Волейбол с методикой преподавания».

Цель дисциплины – овладение студентами системой научно-практических знаний в рассматриваемой области и подготовка к их применению в будущей профессиональной деятельности согласно направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура профилю подготовки «Спортивная подготовка» - формирование умений использовать средства волейбола в различных видах физкультурно-спортивной деятельности.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	ОПК-3.1 Выбирает виды физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с ФГОС в области образования. ОПК-3.2 Проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств и методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. ОПК-3.3 Анализирует эффективность технологий обучения двигательным действиям и физической подготовки обучающихся.	Знать: технику и тактику волейбола, основные средства и методы обучения волейболу, методические основы построения тренировочных занятий по физической культуре и спорту с использованием волейбола и контроля их эффективности, закономерности физической подготовки обучающихся с использованием средств волейбола, требования образовательных стандартов к использованию волейбола в области образования Уметь: планировать и проводить тренировочные занятия с использованием средств и методов волейбола, выбирать обоснованные средства оценки эффективности технологий обучения двигательным действиям и физической подготовки обучающихся в волейболе Владеть: средствами и методами двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки в волейболе
ОПК-6 Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	ОПК-6.1 Организует и проводит соревнования по избранному виду спорта. ОПК-6.2 Решает спортивные споры при проведении соревнований	Знать: правила волейбола, технику судейства баскетбола, требования к документационному обеспечению соревнований по волейболу Уметь: организовывать взаимодействие обучающихся при участии в соревнованиях по волейболу Владеть: способами предупреждения и решения спортивных споров при проведении соревнований по волейболу

ОПК-7 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	ОПК-7.3 Выявляет особенности планирования и методического сопровождения образовательного процесса в соответствии с ФГОС. ОПК-7.4 Определяет эффективные средства контроля тренировочного и образовательного процесса.	Знать: требования образовательных стандартов к формированию документов планирования и методического сопровождения образовательного процесса в системах общего и дополнительного образования Уметь: планировать образовательный процесс с использованием волейбола Владеть: способами определения эффективных средств контроля тренировочного и образовательного процесса с использованием волейбола

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина входит в обязательную часть учебного плана подготовки бакалавров физической культуры.

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и лабораторных занятиях (семинарского типа, в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Тема 1. Общая характеристика волейбола. Основы техники игры в волейбол	Волейбол как вид спорта и средство физического воспитания. Волейбол в системе физического воспитания. Возникновение и развитие волейбола в стране и за рубежом. Эволюция правил игры, техники, тактики. Сильнейшие команды в мире, в стране. Определение основных понятий техники. Классификация технических приемов, основы техники выполнения, варианты.
2	Тема 2. Основы тактики игры в волейбол	Индивидуальные, групповые и командные действия в защите и в нападении – классификация, варианты использования, правила применения.
3	Тема 3. Методика проведения занятий по	Задачи, последовательность обучения, средства и методы обучения на каждом этапе (начальное разучивание,

	волейболу	углубленное разучивание, закрепление и совершенствование), способы предупреждения, диагностики и устранения ошибок, средства и методы контроля эффективности обучения, способы обеспечения надежности и вариативности техники и тактики. Планирование и проведение фрагмента занятия по решению задач обучения технике и тактике игры.
4	Тема 4. Организация и проведение соревнований по волейболу	Основы методики судейства. Организация и проведение соревнований. Основные документы. Протокол игры. Техника судейства. Разбор примеров. Выполнение функций первого судьи.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика учебных занятий *лекционного* типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Тема 1. Общая характеристика волейбола. Основы техники игры в волейбол	Волейбол как вид спорта и средство физического воспитания. Волейбол в системе физического воспитания. Возникновение и развитие волейбола в стране и за рубежом. Эволюция правил игры, техники, тактики. Сильнейшие команды в мире, в стране. Определение основных понятий техники. Классификация технических приемов, основы техники выполнения, варианты.
2	Тема 2. Основы тактики игры в волейбол	Индивидуальные, групповые и командные действия в защите и в нападении – классификация, варианты использования, правила применения.
3	Тема 3. Методика проведения занятий по волейболу	Задачи, последовательность обучения, средства и методы обучения на каждом этапе (начальное разучивание, углубленное разучивание, закрепление и совершенствование), способы предупреждения, диагностики и устранения ошибок, средства и методы контроля эффективности обучения, способы обеспечения надежности и вариативности техники и тактики. Планирование и проведение фрагмента занятия по решению задач обучения технике и тактике игры.
4	Тема 4. Организация и проведение соревнований по волейболу	Основы методики судейства. Организация и проведение соревнований. Основные документы. Протокол игры. Техника судейства.

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Содержание темы занятия
1	Тема 1. Общая характеристика волейбола. Основы техники игры в волейбол	Волейбол как вид спорта и средство физического воспитания. Волейбол в системе физического воспитания. Возникновение и развитие волейбола в стране и за рубежом. Эволюция правил игры, техники, тактики. Сильнейшие команды в мире, в стране. Определение основных понятий техники. Классификация технических приемов, основы техники выполнения, варианты.
2	Тема 2. Основы тактики игры в волейбол	Индивидуальные, групповые и командные действия в защите и в нападении – классификация, варианты использования, правила применения.
3	Тема 3. Методика проведения занятий по волейболу	Задачи, последовательность обучения, средства и методы обучения на каждом этапе (начальное разучивание, углубленное разучивание, закрепление и совершенствование), способы предупреждения, диагностики и устранения ошибок, средства и методы контроля эффективности обучения, способы обеспечения надежности и вариативности техники и тактики. Проведение фрагмента занятия по решению задач обучения технике и тактике игры.
4	Тема 4. Организация и проведение соревнований по волейболу	Основы методики судейства. Организация и проведение соревнований. Основные документы. Протокол игры. Техника судейства. Разбор примеров. Выполнение функций первого судьи.

Тематика самостоятельной работы студентов

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Тематика самостоятельных работ
1	Тема 1. Общая характеристика волейбола. Основы техники игры в волейбол	Волейбол как вид спорта и средство физического воспитания. Волейбол в системе физического воспитания. Возникновение и развитие волейбола в стране и за рубежом. Эволюция правил игры, техники, тактики. Сильнейшие команды в мире, в стране. Определение основных понятий техники. Классификация технических приемов, основы техники выполнения, варианты.
2	Тема 2. Основы тактики игры в волейбол	Индивидуальные, групповые и командные действия в защите и в нападении – классификация, варианты использования, правила применения.
3	Тема 3. Методика проведения занятий по волейболу	Задачи, последовательность обучения, средства и методы обучения на каждом этапе (начальное разучивание, углубленное разучивание, закрепление и совершенствование), способы предупреждения, диагностики и устранения ошибок, средства и методы контроля эффективности обучения, способы обеспечения надежности и вариативности техники и тактики. Планирование фрагмента занятия по решению задач

		обучения технике и тактике игры.
4	Тема 4. Организация и проведение соревнований по волейболу	Основы методики судейства. Организация и проведение соревнований. Основные документы. Протокол игры. Техника судейства. Разбор примеров.

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

Особенностью дисциплины является практическая направленность на освоение методики обучения, качественное использование средств данного базового вида спорта в системе образования. Каждый студент выполняет планирование и проведение фрагмента занятия. Для подготовки рекомендуется использовать стандартную форму плана-конспекта урока по физической культуре – указать тему, цель и задачи занятия, место проведения, используемый инвентарь, далее структурировать содержание в таблице (предусмотреть типичные ошибки, способы регулирования нагрузки, проиллюстрировать необходимые моменты схемами, рисунками).

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации

обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контроли- руемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Тема 1. Основы техники игры в волейбол Тема 2. Основы тактики игры в волейбол Тема 3. Методика проведения занятий по волейболу Тема 4. Организация и проведение соревнований по волейболу	ОПК-3.1	Ориентировочный этап – устный опрос, тестирование
	ОПК-3.2	
	ОПК-3.3	Деятельностный этап – письменная работа, выполнение практических нормативов по технической подготовленности
	ОПК-6.1	
	ОПК-6.2	Контрольно-корректировочный этап – планирование и проведение фрагмента занятия
	ОПК-7.1	
	ОПК-7.2	

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности процессе текущего контроля

– **устный опрос:** проводится во время практических занятий. Студенты должны дать описание технического или тактического действия, рассматриваемого на предыдущем занятии – выделить определяющее звено, основу техники, детали, варианты использования, правила применения, типичные ошибки и способы их предупреждения и исправления.

– **тестирование** - проводится в электронно-информационной среде БФУ им.И.Канта. Тестовые задания в закрытой форме при необходимости выбора единственного верного ответа имеют круглый селектор, при множественном выборе – квадратный. Используются также задания на сопоставление вариантов и в открытой форме с вводом короткого ответа (одним словом). Для получения оценки «зачтено» необходимо верно ответить не менее, чем на 60% тестовых заданий.

– **письменные работы: конспекты учебных занятий.** После каждого практического занятия студенты составляют их планы-конспекты. Форма таблицы приведена в методических рекомендациях. Критерий оценки конспекта – соответствие структуры и содержания, правильная запись упражнений и методических указаний. При соблюдении этих критериев для всех конспектов занятий выставляется общая оценка «зачтено».

– **контрольные нормативы по технической подготовленности:** Передача сверху двумя руками над собой в кругу диаметром три метра, десять передач, высота передачи не менее полтора метра. Передача снизу двумя руками в стену с расстояния три метра, десять передач. Передача в парах сверху двумя руками, расстояние между партнерами шесть метров, 50 передач. Прямой атакующий удар, три эффективных удара из пяти попыток. Верхняя прямая подача, пять эффективных подач из семи попыток.

– **планирование и проведение фрагмента учебного занятия.** Каждый студент проводит по два фрагмента учебных занятий – подготовительная часть и основная (по обучению одному из базовых технических элементов). Конспект составляется по общим требованиям. Оценка конспекта проводится по пяти показателям (приведены ниже в таблице). Проведение оценивается по четырем критериям – четкое сообщение задач занятия

и подача команд, соответствие структуры и содержания плану-конспекту, текущий контроль (исправление ошибок в технике, контроль дозировки), проведение самоанализа (выводы об эффективности решения поставленных задач).

Критерии оценки качества плана-конспекта урока

Критерий	Качественное соответствие
Формулировка задач урока и планирование способов их решения	Сформулировано не менее трех задач, представлены задачи всех трех основных групп, сформулированные задачи в целом соответствуют возрастным особенностям занимающихся и учебной программе, подобранные средства и методы позволяют в целом или частично решить все поставленные задачи, наблюдается взаимосвязь между решением поставленных задач
Структура и содержание урока	В целом прослеживается динамика нагрузки в соответствии с поставленными задачами урока, соблюдены правила определения последовательности упражнений, длительность и содержание подготовительной и заключительной части соответствует задачам урока и возрастным особенностям занимающихся, позволяет решить частные задачи этих частей урока. Рассчитано время выполнения каждого задания, время каждой части и общая длительность урока. Предусмотрено сообщение задач, объяснение каждого задания, подведение итогов занятия, объяснение домашнего задания. Допускаются неточности в дозировке или порядке упражнений, методических указаниях – не противоречащие физиологическим особенностям занимающихся.
Терминология записи упражнений	В целом правильно использована терминология описания упражнений, команд, построений и перестроений. Допускаются ошибки (неточности) в описании исходных положений и основных движений, которые не искажают их смысл.
Планирование организации деятельности занимающихся	В конспекте четко прописана деятельность занимающихся в каждом упражнении, указаны методы организации, в том числе способы разделения на группы, индивидуальные задания. Предусмотрены варианты изменения деятельности в соответствии с возможными вариантами реакции занимающихся, способы оценки и взаимооценки деятельности занимающихся. Спланирована деятельность занимающихся по самоорганизации, взаимодействие с преподавателем и между учениками во время выполнения заданий. Допускаются неточности в определении способов дифференцирования и индивидуализации заданий.
Качество организационно-методических указаний	Организационно-методические указания кратко и информативно отражают особенности выполнения каждого задания, четко указывают способы обеспечения правильной техники движений или рационального способа выполнения задания, предусматривают способы предупреждения и исправления ошибок, способы индивидуализации дозировки или степени сложности упражнений. Допускаются ошибки и неточности в формулировках, не искажающие смысл действий занимающихся.

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

1. Возникновение и развития волейбола в России и за рубежом.
2. Соревнования по волейболу, эволюция правил игры, техники и тактики.
3. Сильнейшие команды в мире, в России.
4. Техника игры в волейбол. Приемы игры, их характеристика. Классификация техники.
5. Тактика игры в волейбол, тактические действия, их характеристика. Классификация тактики.
6. Правила игры в волейбол и методика судейства.
7. Стойки и перемещения. Анализ техники и методика обучения
8. Анализ техники и методика обучения передачи сверху двумя руками.
9. Анализ техники и методика обучения верхней прямой подачи.
10. Анализ техники и методика обучения нижней прямой подачи.
11. Тактика подач. Особенности планирующей подачи.
12. Анализ техники и методика обучения приему мяча снизу двумя руками.
13. Анализ техники и методика обучения прямому нападающему удару по ходу разбега.
14. Анализ техники и методика обучения блокированию.
15. Виды блокирования.
16. Индивидуальные тактические действия в нападении (волейбол). Методика обучения.
17. Нападение со второй передачи через игрока передней линии. Особенности. Положительные и отрицательные стороны.
18. Нападение с первой передачи. Положительные и отрицательные стороны.
19. Система игры в защите углом вперед. Методика обучения.
20. Система игры в защите углом назад. Методика обучения.
21. Техника нападения (волейбол). Общая характеристика, описание, анализ. Методика обучения.
22. Техника защиты (волейбол). Общая характеристика, описание, анализ. Методика обучения.
23. Тактика нападения (волейбол). Общая характеристика, описание, анализ. Методика обучения.
24. Тактика защиты (волейбол). Общая характеристика, описание, анализ. Методика обучения.
25. Комплектование команды в волейболе. Функции игроков.
26. Методика отбора детей для занятий по волейболу.
27. Особенности обучения волейболу в школе.
28. Организация занятий по волейболу на уроках физической культуры.
29. Формы внеклассной работы с использованием волейбола.
30. Возможности применения волейбола в спортивной подготовке по избранному виду спорта.

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)

Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степенью самостоятельности и инициативы	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо		71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно		55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Физическая культура (подготовка). Спортивные и подвижные игры: учебное пособие / под науч. ред. Е.А. Таран. — Москва: ИНФРА-М, 2024. — 196 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-112557-1. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Лях, В. И. Физическая культура. 10-11 класс. Базовый уровень / В. И. Лях. - 11-е изд., стер. - Москва: Просвещение, 2023. - 271 с. - ISBN 978-5-09-103628-2. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

Дополнительная литература

3. Физическая культура и спорт : учебно-методическое пособие для обучающихся по укрупненным группам направлений: 43.00.00 «Сервис и туризм», 48.00.00 «Гуманитарные науки», 50.00.00 «Искусство и культура», 51.00.00 «Культуроведение и социокультурные проекты», 52.00.00 «Сценические искусства и литературное творчество», 53.00.00 «Музыкальное искусство», 54.00.00 «Изобразительное и прикладные виды искусств», квалификация (степень) выпускника «бакалавр» / авт.-сост. : Н. А. Лопатин, А. И. Шульгин ; Кемеров. гос. ин-т культуры. - Кемерово : Кемеров. гос. ин-т культуры, 2019. - 99 с. - ISBN 978-5-8154-0493-9. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
4. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 15.11.2022 № 987 "Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- НЭБ Национальная электронная библиотека
- eLIBRARY.RU
- ЭБС Консультант студента
- ООО «Проспект»
- ЭБС ZNANIUM.COM
- ЭБС «Айбукс»
- ЭБС РКИ
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов ПО, соответствующее стандартным учебным задачам.

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

Для проведения занятий лекционного типа, лабораторных занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения лабораторных работ (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

4.5. Программа дисциплины «Бадминтон с методикой преподавания»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Бадминтон с методикой преподавания»	60
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	60
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	61
4. Виды учебной работы по дисциплине	61
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам	61
6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине	62
7. Методические рекомендации по видам занятий	64
8. Фонд оценочных средств	65
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	65
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	65
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	67
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	67
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	68
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	69
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	69
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	69

1. Наименование дисциплины: «Бадминтон с методикой преподавания».

Цель дисциплины – овладение студентами системой научно-практических знаний в рассматриваемой области и подготовка к их применению в будущей профессиональной деятельности согласно направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура профилю подготовки «Спортивная подготовка» - формирование умений использовать средства бадминтона в различных видах физкультурно-спортивной деятельности.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	ОПК-3.1 Выбирает виды физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с ФГОС в области образования. ОПК-3.2 Проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств и методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. ОПК-3.3 Анализирует эффективность технологий обучения двигательным действиям и физической подготовки обучающихся.	Знать: технику и тактику бадминтона, основные средства и методы обучения бадминтону, методические основы построения тренировочных занятий по физической культуре и спорту с использованием бадминтона и контроля их эффективности, закономерности физической подготовки обучающихся с использованием средств бадминтона, требования образовательных стандартов к использованию бадминтона в области образования Уметь: планировать и проводить тренировочные занятия с использованием средств и методов бадминтона, выбирать обоснованные средства оценки эффективности технологий обучения двигательным действиям и физической подготовки обучающихся в бадминтоне Владеть: средствами и методами двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки в бадминтоне
ОПК-6 Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	ОПК-6.1 Организует и проводит соревнования по избранному виду спорта. ОПК-6.2 Решает спортивные споры при проведении соревнований	Знать: правила бадминтона технику судейства бадминтона, требования к документационному обеспечению соревнований по бадминтону Уметь: организовывать взаимодействие обучающихся при участии в соревнованиях по бадминтону Владеть: способами предупреждения и решения спортивных споров при проведении соревнований по

		бадминтону
ОПК-7 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	ОПК-7.3 Выявляет особенности планирования и методического сопровождения образовательного процесса в соответствии с ФГОС. ОПК-7.4 Определяет эффективные средства контроля тренировочного и образовательного процесса.	Знать: требования образовательных стандартов к формированию документов планирования и методического сопровождения образовательного процесса в системах общего и дополнительного образования Уметь: планировать образовательный процесс с использованием бадминтона Владеть: способами определения эффективных средств контроля тренировочного и образовательного процесса с использованием бадминтона

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина входит в обязательную часть учебного плана подготовки бакалавров физической культуры.

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и лабораторных занятиях (семинарского типа, в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Тема 1. Общая характеристика бадминтона. Основы техники игры в бадминтон	Бадминтон как вид спорта и средство физического воспитания. Бадминтон в системе физического воспитания. Возникновение и развитие бадминтона в стране и за рубежом. Эволюция правил игры, техники, тактики. Определение основных понятий техники. Классификация технических приемов, основы техники выполнения, варианты.
2	Тема 2. Основы тактики игры в бадминтон	Тактика индивидуальной и парной игры – классификация, варианты использования, правила применения. Интеграция технических приемов в игровую и соревновательную деятельность.

3	Тема 3. Методика проведения занятий по бадминтону	Задачи, последовательность обучения, средства и методы обучения на каждом этапе (начальное разучивание, углубленное разучивание, закрепление и совершенствование), способы предупреждения, диагностики и устранения ошибок, средства и методы контроля эффективности обучения, способы обеспечения надежности и вариативности техники и тактики. Планирование и проведение фрагмента занятия по решению задач обучения технике и тактике игры.
4	Тема 4. Организация и проведение соревнований по бадминтону	Основы методики судейства. Организация и проведение соревнований. Система розыгрыша. Основные документы. Протокол игры. Техника судейства. Разбор примеров. Выполнение функций судьи.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика учебных занятий *лекционного* типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Тема 1. Общая характеристика бадминтона. Основы техники игры в бадминтон	Бадминтон как вид спорта и средство физического воспитания. Бадминтон в системе физического воспитания. Возникновение и развитие бадминтона в стране и за рубежом. Эволюция правил игры, техники, тактики. Определение основных понятий техники. Классификация технических приемов, основы техники выполнения, варианты.
2	Тема 2. Основы тактики игры в бадминтон	Тактика индивидуальной и парной игры – классификация, варианты использования, правила применения. Интеграция технических приемов в игровую и соревновательную деятельность.
3	Тема 3. Методика проведения занятий по бадминтону	Задачи, последовательность обучения, средства и методы обучения на каждом этапе (начальное разучивание, углубленное разучивание, закрепление и совершенствование), способы предупреждения, диагностики и устранения ошибок, средства и методы контроля эффективности обучения, способы обеспечения надежности и вариативности техники и тактики. Планирование и проведение фрагмента занятия по решению задач обучения технике и тактике игры.
4	Тема 4. Организация и проведение соревнований по бадминтону	Основы методики судейства. Организация и проведение соревнований. Система розыгрыша. Основные документы. Протокол игры. Техника судейства. Разбор примеров. Выполнение функций судьи.

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Содержание темы занятия
1	Тема 1. Общая характеристика бадминтона. Основы техники игры в бадминтон	Бадминтон как вид спорта и средство физического воспитания. Бадминтон в системе физического воспитания. Возникновение и развитие бадминтона в стране и за рубежом. Эволюция правил игры, техники, тактики. Определение основных понятий техники. Классификация технических приемов, основы техники выполнения, варианты.
2	Тема 2. Основы тактики игры в бадминтон	Тактика индивидуальной и парной игры – классификация, варианты использования, правила применения. Интеграция технических приемов в игровую и соревновательную деятельность.
3	Тема 3. Методика проведения занятий по бадминтону	Задачи, последовательность обучения, средства и методы обучения на каждом этапе (начальное разучивание, углубленное разучивание, закрепление и совершенствование), способы предупреждения, диагностики и устранения ошибок, средства и методы контроля эффективности обучения, способы обеспечения надежности и вариативности техники и тактики. Планирование и проведение фрагмента занятия по решению задач обучения технике и тактике игры.
4	Тема 4. Организация и проведение соревнований по бадминтону	Основы методики судейства. Организация и проведение соревнований. Система розыгрыша. Основные документы. Протокол игры. Техника судейства. Разбор примеров. Выполнение функций судьи.

Тематика самостоятельной работы студентов

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Тематика самостоятельных работ
1	Тема 1. Общая характеристика бадминтона. Основы техники игры в бадминтон	Бадминтон как вид спорта и средство физического воспитания. Бадминтон в системе физического воспитания. Возникновение и развитие бадминтона в стране и за рубежом. Эволюция правил игры, техники, тактики. Определение основных понятий техники. Классификация технических приемов, основы техники выполнения, варианты.
2	Тема 2. Основы тактики игры в бадминтон	Тактика индивидуальной и парной игры – классификация, варианты использования, правила применения. Интеграция технических приемов в игровую и соревновательную деятельность.
3	Тема 3. Методика проведения занятий по бадминтону	Задачи, последовательность обучения, средства и методы обучения на каждом этапе (начальное разучивание, углубленное разучивание, закрепление и совершенствование), способы предупреждения, диагностики и устранения ошибок, средства и методы контроля эффективности обучения, способы обеспечения

		надежности и вариативности техники и тактики. Планирование и проведение фрагмента занятия по решению задач обучения технике и тактике игры.
4	Тема 4. Организация и проведение соревнований по бадминтону	Основы методики судейства. Организация и проведение соревнований. Система розыгрыша. Основные документы. Протокол игры. Техника судейства. Разбор примеров. Выполнение функций судьи.

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

Особенностью дисциплины является практическая направленность на освоение методики обучения, качественное использование средств данного базового вида спорта в системе образования. Каждый студент выполняет планирование и проведение фрагмента занятия. Для подготовки рекомендуется использовать стандартную форму плана-конспекта урока по физической культуре – указать тему, цель и задачи занятия, место проведения, используемый инвентарь, далее структурировать содержание в таблице (предусмотреть типичные ошибки, способы регулирования нагрузки, проиллюстрировать необходимые моменты схемами, рисунками).

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Тема 1. Общая характеристика бадминтона. Основы техники игры в бадминтон Тема 2. Основы тактики игры в бадминтон Тема 3. Методика проведения занятий по бадминтону Тема 4. Организация и проведение соревнований по бадминтону	ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-7.1 ОПК-7.2	Ориентировочный этап – устный опрос, тестирование
		Деятельностный этап – письменная работа, выполнение практических нормативов по технической подготовленности
		Контрольно-корректировочный этап – планирование и проведение фрагмента занятия

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля

– **устный опрос:** проводится во время практических занятий. Студенты должны дать описание технического или тактического действия, рассматриваемого на предыдущем занятии – выделить определяющее звено, основу техники, детали, варианты использования, правила применения, типичные ошибки и способы их предупреждения и исправления.

– **тестирование** - проводится в электронно-информационной среде БФУ им.И.Канта. Тестовые задания в закрытой форме при необходимости выбора единственного верного ответа имеют круглый селектор, при множественном выборе – квадратный. Используются также задания на сопоставление вариантов и в открытой форме с вводом короткого ответа (одним словом). Для получения оценки «зачтено» необходимо верно ответить не менее, чем на 60% тестовых заданий.

– **письменные работы: конспекты учебных занятий.** После каждого практического занятия студенты составляют их планы-конспекты. Форма таблицы приведена в методических рекомендациях. Критерий оценки конспекта – соответствие структуры и содержания, правильная запись упражнений и методических указаний. При соблюдении этих критериев для всех конспектов занятий выставляется общая оценка «зачтено».

– **контрольные нормативы** по технической подготовленности: Выполнение трех видов подач (по две эффективных, общее число попыток – десять).

– **планирование и проведение фрагмента учебного занятия.** Каждый

студент проводит по два фрагмента учебных занятий – подготовительная часть и основная (по обучению одному из базовых технических элементов). Конспект составляется по общим требованиям. Оценка конспекта проводится по пяти показателям (приведены ниже в таблице). Проведение оценивается по четырем критериям – четкое сообщение задач занятия и подача команд, соответствие структуры и содержания плану-конспекту, текущий контроль (исправление ошибок в технике, контроль дозировки), проведение самоанализа (выводы об эффективности решения поставленных задач).

Критерии оценки качества плана-конспекта урока

Критерий	Качественное соответствие
Формулировка задач урока и планирование способов их решения	Сформулировано не менее трех задач, представлены задачи всех трех основных групп, сформулированные задачи в целом соответствуют возрастным особенностям занимающихся и учебной программе, подобранные средства и методы позволяют в целом или частично решить все поставленные задачи, наблюдается взаимосвязь между решением поставленных задач
Структура и содержание урока	В целом прослеживается динамика нагрузки в соответствии с поставленными задачами урока, соблюдены правила определения последовательности упражнений, длительность и содержание подготовительной и заключительной части соответствует задачам урока и возрастным особенностям занимающихся, позволяет решить частные задачи этих частей урока. Рассчитано время выполнения каждого задания, время каждой части и общая длительность урока. Предусмотрено сообщение задач, объяснение каждого задания, подведение итогов занятия, объяснение домашнего задания. Допускаются неточности в дозировке или порядке упражнений, методических указаниях – не противоречащие физиологическим особенностям занимающихся.
Терминология записи упражнений	В целом правильно использована терминология описания упражнений, команд, построений и перестроений. Допускаются ошибки (неточности) в описании исходных положений и основных движений, которые не искажают их смысл.
Планирование организации деятельности занимающихся	В конспекте четко прописана деятельность занимающихся в каждом упражнении, указаны методы организации, в том числе способы разделения на группы, индивидуальные задания. Предусмотрены варианты изменения деятельности в соответствии с возможными вариантами реакции занимающихся, способы оценки и взаимооценки деятельности занимающихся. Спланирована деятельность занимающихся по самоорганизации, взаимодействие с преподавателем и между учениками во время выполнения заданий. Допускаются неточности в определении способов дифференцирования и индивидуализации заданий.
Качество организационно-методических указаний	Организационно-методические указания кратко и информативно отражают особенности выполнения каждого задания, четко указывают способы обеспечения правильной техники движений или рационального способа выполнения задания, предусматривают способы предупреждения и

	исправления ошибок, способы индивидуализации дозировки или степени сложности упражнений. Допускаются ошибки и неточности в формулировках, не искажающие смысл действий занимающихся.

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

1. История развития бадминтона.
2. Развитие бадминтона в России.
3. Судейская коллегия (состав, обязанности).
4. Положение о соревнованиях.
5. Значение бадминтона как средства физического воспитания.
6. Основные правила игры в бадминтон.
7. Место для игры в бадминтон. Оборудование, инвентарь.
8. Системы розыгрыша. Общие требования к проведению соревнований.
9. Техника судейства.
10. Классификация техники игры.
11. Классификация ударов в бадминтоне. Общая характеристика каждой группы.
12. Классификация подач в бадминтоне. Анализ техники и методика обучения на примере одного из видов.
13. Анализ техники стоек и перемещений в бадминтоне. Методика обучения.
14. Анализ техники выполнения высоко-далекой, плоской подачи.
15. Анализ техники выполнения короткого – близкого удара, подставки, короткой подачи, перевода.
16. Анализ техники выполнения высокого, плоского удара, нападающего удара - смеша.
17. Анализ техники выполнения короткого – быстрого, блокирующего удара.
18. Техника выполнения ударов над головой закрытой стороной ракетки.
19. Траектории полета волана при ударах из задней и передней зоны.
20. Траектории полета волана при ударах сверху из средней и передней зоны.
21. Тактика в одиночной игре.
22. Тактика в парной игре.
23. Этапы обучения.
24. Предупреждение и исправление ошибок.
25. Методика занятий с юными бадминтонистами.
26. Этапы отбора и начальной подготовки в бадминтоне.
27. Особенности обучения бадминтону в школе.
28. Организация занятий по бадминтону на уроках физической культуры.
29. Формы внеклассной работы с использованием бадминтона.
30. Возможности применения бадминтона в спортивной подготовке по избранному виду спорта.

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно	отлично	зачтено	86-100

		принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий			
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степенью самостоятельности и инициативы	<i>Включает</i> <i>нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо		71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно		55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Физическая культура (подготовка). Спортивные и подвижные игры: учебное пособие / под науч. ред. Е.А. Таран. — Москва: ИНФРА-М, 2024. — 196 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-112557-1. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Лях, В. И. Физическая культура. 10-11 класс. Базовый уровень / В. И. Лях. - 11-е изд., стер. - Москва: Просвещение, 2023. - 271 с. - ISBN 978-5-09-103628-2. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

Дополнительная литература

3. Сираковская, Я. В. Бадминтон / Я. В. Сираковская, А. В. Завьялов, О. В. Шкирева. - Москва: Директ-Медиа, 2019. - 77 с. - ISBN 978-5-4499-0536-9. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
4. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 31.10.2022 № 880 "Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта "бадминтон" (Зарегистрирован 30.11.2022 № 71222) <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202211300025>
5. Физическая культура и спорт : учебно-методическое пособие для обучающихся по укрупненным группам направлений: 43.00.00 «Сервис и туризм», 48.00.00 «Гуманитарные науки», 50.00.00 «Искусство и культура», 51.00.00 «Культуроведение и социокультурные проекты», 52.00.00 «Сценические искусства и литературное творчество», 53.00.00 «Музыкальное искусство», 54.00.00 «Изобразительное и прикладные виды искусств», квалификация (степень)

выпускника «бакалавр» / авт.-сост. : Н. А. Лопатин, А. И. Шульгин ; Кемеров. гос. ин-т культуры. - Кемерово : Кемеров. гос. ин-т культуры, 2019. - 99 с. - ISBN 978-5-8154-0493-9. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- НЭБ Национальная электронная библиотека
- eLIBRARY.RU
- ЭБС Консультант студента
- ООО «Проспект»
- ЭБС ZNANIUM.COM
- ЭБС «Айбукс»
- ЭБС РКИ
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов ПО, соответствующее стандартным учебным задачам.

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

Для проведения занятий лекционного типа, лабораторных занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения лабораторных работ (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

Программа дисциплины «Настольный теннис с методикой преподавания»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Настольный теннис с методикой преподавания»	71
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	71
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	72
4. Виды учебной работы по дисциплине	72
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам	72
6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине	73
7. Методические рекомендации по видам занятий	75
8. Фонд оценочных средств	76
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	76
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	76
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	78
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	78
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	79
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	80
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	80
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	80

1. Наименование дисциплины: «Настольный теннис с методикой преподавания».

Цель дисциплины – овладение студентами системой научно-практических знаний в рассматриваемой области и подготовка к их применению в будущей профессиональной деятельности согласно направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура профилю подготовки «Спортивная подготовка» - формирование умений использовать средства настольного тенниса в различных видах физкультурно-спортивной деятельности.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	ОПК-3.1 Выбирает виды физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с ФГОС в области образования. ОПК-3.2 Проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств и методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. ОПК-3.3 Анализирует эффективность технологий обучения двигательным действиям и физической подготовки обучающихся.	Знать: технику и тактику настольного тенниса, основные средства и методы обучения настольному теннису, методические основы построения тренировочных занятий по физической культуре и спорту с использованием настольного тенниса и контроля их эффективности, закономерности физической подготовки обучающихся с использованием средств настольного тенниса, требования образовательных стандартов к использованию настольного тенниса в области образования Уметь: планировать и проводить тренировочные занятия с использованием средств и методов настольного тенниса, выбирать обоснованные средства оценки эффективности технологий обучения двигательным действиям и физической подготовки обучающихся в настольном теннисе Владеть: средствами и методами двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки в настольном теннисе
ОПК-6 Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	ОПК-6.1 Организует и проводит соревнования по избранному виду спорта. ОПК-6.2 Решает спортивные споры при проведении соревнований	Знать: правила настольного тенниса, технику судейства в настольном теннисе, требования к документационному обеспечению соревнований по настольному теннису Уметь: организовывать взаимодействие обучающихся при

		участии в соревнованиях по настольному теннису Владеть: способами предупреждения и решения спортивных споров при проведении соревнований по настольному теннису
ОПК-7 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	ОПК-7.3 Выявляет особенности планирования и методического сопровождения образовательного процесса в соответствии с ФГОС. ОПК-7.4 Определяет эффективные средства контроля тренировочного и образовательного процесса.	Знать: требования образовательных стандартов к формированию документов планирования и методического сопровождения образовательного процесса в системах общего и дополнительного образования Уметь: планировать образовательный процесс с использованием настольного тенниса Владеть: способами определения эффективных средств контроля тренировочного и образовательного процесса с использованием настольного тенниса

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина входит в обязательную часть учебного плана подготовки бакалавров физической культуры.

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и лабораторных занятиях (семинарского типа, в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Тема 1. Общая характеристика настольного тенниса. Основы техники игры в настольный теннис	Настольный теннис как вид спорта и средство физического воспитания. Настольный теннис в системе физического воспитания. Возникновение и развитие настольного тенниса в стране и за рубежом. Эволюция правил игры, техники, тактики. Определение основных понятий техники. Классификация технических приемов, основы техники выполнения, варианты.

2	Тема 2. Основы тактики игры в настольный теннис	Тактика индивидуальной и парной игры – классификация, варианты использования, правила применения. Интеграция технических приемов в игровую и соревновательную деятельность.
3	Тема 3. Методика проведения занятий по настольному теннису	Задачи, последовательность обучения, средства и методы обучения на каждом этапе (начальное разучивание, углубленное разучивание, закрепление и совершенствование), способы предупреждения, диагностики и устранения ошибок, средства и методы контроля эффективности обучения, способы обеспечения надежности и вариативности техники и тактики. Планирование и проведение фрагмента занятия по решению задач обучения технике и тактике игры.
4	Тема 4. Организация и проведение соревнований по настольному теннису	Основы методики судейства. Организация и проведение соревнований. Система розыгрыша. Основные документы. Протокол игры. Техника судейства. Разбор примеров. Выполнение функций судьи.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика учебных занятий *лекционного* типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Тема 1. Общая характеристика настольного тенниса. Основы техники игры в настольный теннис	Настольный теннис как вид спорта и средство физического воспитания. Настольный теннис в системе физического воспитания. Возникновение и развитие настольного тенниса в стране и за рубежом. Эволюция правил игры, техники, тактики. Определение основных понятий техники. Классификация технических приемов, основы техники выполнения, варианты.
2	Тема 2. Основы тактики игры в настольный теннис	Тактика индивидуальной и парной игры – классификация, варианты использования, правила применения. Интеграция технических приемов в игровую и соревновательную деятельность.
3	Тема 3. Методика проведения занятий по настольному теннису	Задачи, последовательность обучения, средства и методы обучения на каждом этапе (начальное разучивание, углубленное разучивание, закрепление и совершенствование), способы предупреждения, диагностики и устранения ошибок, средства и методы контроля эффективности обучения, способы обеспечения надежности и вариативности техники и тактики. Планирование и проведение фрагмента занятия по решению задач обучения технике и тактике игры.

4	Тема 4. Организация и проведение соревнований по настольному теннису	Основы методики судейства. Организация и проведение соревнований. Система розыгрыша. Основные документы. Протокол игры. Техника судейства. Разбор примеров. Выполнение функций судьи.

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Содержание темы занятия
1	Тема 1. Общая характеристика настольного тенниса. Основы техники игры в настольный теннис	Настольный теннис как вид спорта и средство физического воспитания. Настольный теннис в системе физического воспитания. Возникновение и развитие настольного тенниса в стране и за рубежом. Эволюция правил игры, техники, тактики. Определение основных понятий техники. Классификация технических приемов, основы техники выполнения, варианты.
2	Тема 2. Основы тактики игры в настольный теннис	Тактика индивидуальной и парной игры – классификация, варианты использования, правила применения. Интеграция технических приемов в игровую и соревновательную деятельность.
3	Тема 3. Методика проведения занятий по настольному теннису	Задачи, последовательность обучения, средства и методы обучения на каждом этапе (начальное разучивание, углубленное разучивание, закрепление и совершенствование), способы предупреждения, диагностики и устранения ошибок, средства и методы контроля эффективности обучения, способы обеспечения надежности и вариативности техники и тактики. Планирование и проведение фрагмента занятия по решению задач обучения технике и тактике игры.
4	Тема 4. Организация и проведение соревнований по настольному теннису	Основы методики судейства. Организация и проведение соревнований. Система розыгрыша. Основные документы. Протокол игры. Техника судейства. Разбор примеров. Выполнение функций судьи.

Тематика самостоятельной работы студентов

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Тематика самостоятельных работ
1	Тема 1. Общая характеристика настольного тенниса. Основы техники игры в настольный теннис	Настольный теннис как вид спорта и средство физического воспитания. Настольный теннис в системе физического воспитания. Возникновение и развитие настольного тенниса в стране и за рубежом. Эволюция правил игры, техники, тактики. Определение основных понятий техники. Классификация технических приемов, основы техники выполнения, варианты.

2	Тема 2. Основы тактики игры в настольный теннис	Тактика индивидуальной и парной игры – классификация, варианты использования, правила применения. Интеграция технических приемов в игровую и соревновательную деятельность.
3	Тема 3. Методика проведения занятий по настольному теннису	Задачи, последовательность обучения, средства и методы обучения на каждом этапе (начальное разучивание, углубленное разучивание, закрепление и совершенствование), способы предупреждения, диагностики и устранения ошибок, средства и методы контроля эффективности обучения, способы обеспечения надежности и вариативности техники и тактики. Планирование и проведение фрагмента занятия по решению задач обучения технике и тактике игры.
4	Тема 4. Организация и проведение соревнований по настольному теннису	Основы методики судейства. Организация и проведение соревнований. Система розыгрыша. Основные документы. Протокол игры. Техника судейства. Разбор примеров. Выполнение функций судьи.

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретным ситуациям из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

Особенностью дисциплины является практическая направленность на освоение методики обучения, качественное использование средств данного базового вида спорта в системе образования. Каждый студент выполняет планирование и проведение фрагмента занятия. Для подготовки рекомендуется использовать стандартную форму плана-конспекта урока по физической культуре – указать тему, цель и задачи занятия, место проведения, используемый инвентарь, далее структурировать содержание в таблице (предусмотреть

типичные ошибки, способы регулирования нагрузки, проиллюстрировать необходимые моменты схемами, рисунками).

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Тема 1. Общая характеристика настольного тенниса. Основы техники игры в настольный теннис Тема 2. Основы тактики игры в настольный теннис Тема 3. Методика проведения занятий по настольному теннису Тема 4. Организация и проведение соревнований по настольному теннису	ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-7.1 ОПК-7.2	Ориентировочный этап – устный опрос, тестирование
		Деятельностный этап – письменная работа, выполнение практических нормативов по технической подготовленности
		Контрольно-корректировочный этап – планирование и проведение фрагмента занятия

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля

– **устный опрос:** проводится во время практических занятий. Студенты должны дать описание технического или тактического действия, рассматриваемого на предыдущем занятии – выделить определяющее звено, основу техники, детали, варианты использования, правила применения, типичные ошибки и способы их предупреждения и исправления.

– **тестирование** - проводится в электронно-информационной среде БФУ им.И.Канта. Тестовые задания в закрытой форме при необходимости выбора единственного верного ответа имеют круглый селектор, при множественном выборе – квадратный. Используются также задания на сопоставление вариантов и в открытой форме с вводом короткого ответа (одним словом). Для получения оценки «зачтено» необходимо верно ответить не менее, чем на 60% тестовых заданий.

– **письменные работы: конспекты учебных занятий.** После каждого

практического занятия студенты составляют их планы-конспекты. Форма таблицы приведена в методических рекомендациях. Критерий оценки конспекта – соответствие структуры и содержания, правильная запись упражнений и методических указаний. При соблюдении этих критериев для всех конспектов занятий выставляется общая оценка «зачтено».

– **контрольные нормативы** по технической подготовленности: Выполнение подачи любого вида в соответствии с правилами соревнований (общее число попыток – десять, необходимо выполнить не менее шести так, чтобы они были засчитаны судьей).

– **планирование и проведение фрагмента учебного занятия.** Каждый студент проводит по два фрагмента учебных занятий – подготовительная часть и основная (по обучению одному из базовых технических элементов). Конспект составляется по общим требованиям. Оценка конспекта проводится по пяти показателям (приведены ниже в таблице). Проведение оценивается по четырем критериям – четкое сообщение задач занятия и подача команд, соответствие структуры и содержания плану-конспекту, текущий контроль (исправление ошибок в технике, контроль дозировки), проведение самоанализа (выводы об эффективности решения поставленных задач).

Критерии оценки качества плана-конспекта урока

Критерий	Качественное соответствие
Формулировка задач урока и планирование способов их решения	Сформулировано не менее трех задач, представлены задачи всех трех основных групп, сформулированные задачи в целом соответствуют возрастным особенностям занимающихся и учебной программе, подобранные средства и методы позволяют в целом или частично решить все поставленные задачи, наблюдается взаимосвязь между решением поставленных задач
Структура и содержание урока	В целом прослеживается динамика нагрузки в соответствии с поставленными задачами урока, соблюдены правила определения последовательности упражнений, длительность и содержание подготовительной и заключительной части соответствует задачам урока и возрастным особенностям занимающихся, позволяет решить частные задачи этих частей урока. Рассчитано время выполнения каждого задания, время каждой части и общая длительность урока. Предусмотрено сообщение задач, объяснение каждого задания, подведение итогов занятия, объяснение домашнего задания. Допускаются неточности в дозировке или порядке упражнений, методических указаниях – не противоречащие физиологическим особенностям занимающихся.
Терминология записи упражнений	В целом правильно использована терминология описания упражнений, команд, построений и перестроений. Допускаются ошибки (неточности) в описании исходных положений и основных движений, которые не искажают их смысл.
Планирование организации деятельности занимающихся	В конспекте четко прописана деятельность занимающихся в каждом упражнении, указаны методы организации, в том числе способы разделения на группы, индивидуальные задания. Предусмотрены варианты изменения деятельности в соответствии с возможными вариантами реакции занимающихся, способы оценки и взаимооценки деятельности занимающихся. Спланирована деятельность занимающихся по

	самоорганизации, взаимодействие с преподавателем и между учениками во время выполнения заданий. Допускаются неточности в определении способов дифференцирования и индивидуализации заданий.
Качество организационно-методических указаний	Организационно-методические указания кратко и информативно отражают особенности выполнения каждого задания, четко указывают способы обеспечения правильной техники движений или рационального способа выполнения задания, предусматривают способы предупреждения и исправления ошибок, способы индивидуализации дозировки или степени сложности упражнений. Допускаются ошибки и неточности в формулировках, не искажающие смысл действий занимающихся.

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

1. История развития настольного тенниса.
2. Развитие настольного в России.
3. Судейская коллегия (состав, обязанности).
4. Положение о соревнованиях.
5. Значение настольного тенниса как средства физического воспитания.
6. Основные правила игры в настольный теннис.
7. Место для игры. Оборудование, инвентарь.
8. Системы розыгрыша. Общие требования к проведению соревнований.
9. Техника судейства.
10. Классификация техники игры.
11. Классификация ударов. Общая характеристика каждой группы.
12. Анализ техники и методика обучения на примере одного из видов ударов.
13. Классификация подач. Анализ техники и методика обучения на примере одного из видов.
14. Анализ техники стоек и перемещений в настольном теннисе. Методика обучения.
15. Тактика в одиночной игре.
16. Тактика в парной игре.
17. Этапы обучения.
18. Предупреждение и исправление ошибок.
19. Методика проведения занятий по настольному теннису.
20. Отбор для занятий настольным теннисом.
21. Физическая подготовка в занятиях настольным теннисом.
22. Особенности обучения настольному теннису в школе.
23. Организация занятий по настольному теннису на уроках физической культуры.
24. Формы внеклассной работы с использованием настольного тенниса.
25. Возможности применения настольного тенниса в спортивной подготовке по избранному виду спорта.

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)

Повышенный	Творческая деятельность	Включает <i>нижестоящий</i> уровень. Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степенью самостоятельности и инициативы	Включает <i>нижестоящий</i> уровень. Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо		71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно		55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Физическая культура (подготовка). Спортивные и подвижные игры: учебное пособие / под науч. ред. Е.А. Таран. — Москва: ИНФРА-М, 2024. — 196 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-112557-1. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Лях, В. И. Физическая культура. 10-11 класс. Базовый уровень / В. И. Лях. - 11-е изд., стер. - Москва: Просвещение, 2023. - 271 с. - ISBN 978-5-09-103628-2. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

Дополнительная литература

3. Жданов, В. Ю. Настольный теннис. Обучение за 5 шагов: Учебное пособие / Жданов В.Ю., Жданов И.Ю., Милоданова Ю.А. - Москва: Спорт, 2015. - 128 с. ISBN 978-5-9906734-4-1.. - Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
4. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 31.10.2022 № 884 "Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта "настольный теннис" (Зарегистрирован 05.12.2022 № 71352) <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212050067?rangeSize=50>
5. Физическая культура и спорт : учебно-методическое пособие для обучающихся по укрупненным группам направлений: 43.00.00 «Сервис и туризм», 48.00.00 «Гуманитарные науки», 50.00.00 «Искусство и культура», 51.00.00 «Культуроведение и социокультурные проекты», 52.00.00 «Сценические искусства и литературное

творчество», 53.00.00 «Музыкальное искусство», 54.00.00 «Изобразительное и прикладные виды искусств», квалификация (степень) выпускника «бакалавр» / авт.-сост. : Н. А. Лопатин, А. И. Шульгин ; Кемеров. гос. ин-т культуры. - Кемерово : Кемеров. гос. ин-т культуры, 2019. - 99 с. - ISBN 978-5-8154-0493-9. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- НЭБ Национальная электронная библиотека
- eLIBRARY.RU
- ЭБС Консультант студента
- ООО «Проспект»
- ЭБС ZNANIUM.COM
- ЭБС «Айбукс»
- ЭБС РКИ
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов ПО, соответствующее стандартным учебным задачам.

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

Для проведения занятий лекционного типа, лабораторных занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения лабораторных работ (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

Программа дисциплины «Футбол с методикой преподавания»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Футбол с методикой преподавания»	82
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	82
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	83
4. Виды учебной работы по дисциплине	83
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам	83
6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине	83
7. Методические рекомендации по видам занятий	85
8. Фонд оценочных средств	86
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	86
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	87
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	88
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	89
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	90
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	90
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	90
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	91

1. Наименование дисциплины: «Футбол с методикой преподавания»

Цель дисциплины – овладение студентами системой научно-практических знаний в области применения средств футбола для решения задач физического воспитания обучающихся или спортивной подготовки.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	ОПК-3.1 Выбирает виды физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с ФГОС в области образования. ОПК-3.2 Проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств и методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. ОПК-3.3 Анализирует эффективность технологий обучения двигательным действиям и физической подготовки обучающихся.	Знать: технику и тактику футбола, основные средства и методы обучения футболу, методические основы построения тренировочных занятий по физической культуре и спорту с использованием футбола и контроля их эффективности, закономерности физической подготовки обучающихся с использованием средств футбола, требования образовательных стандартов к использованию футбола в области образования Уметь: планировать и проводить тренировочные занятия с использованием средств и методов футбола, выбирать обоснованные средства оценки эффективности технологий обучения двигательным действиям и физической подготовки обучающихся в футболе Владеть: средствами и методами двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки в футболе
ОПК-6 Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	ОПК-6.1 Организует и проводит соревнования по избранному виду спорта. ОПК-6.2 Решает спортивные споры при проведении соревнований	Знать: правила футбола, технику судейства футбола, требования к документационному обеспечению соревнований по футболу Уметь: организовывать взаимодействие обучающихся при участии в соревнованиях по футболу Владеть: способами предупреждения и решения спортивных споров при проведении соревнований по футболу

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина входит в обязательную часть учебного плана подготовки бакалавров физической культуры.

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и лабораторных занятиях (семинарского типа, в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Тема 1. Общая характеристика футбола.	Общая характеристика футбола, история возникновения, эволюция правил, развитие футбола в России.
2	Тема 2. Основы техники игры в футбол	Классификация технических приемов. Техника стоек и перемещений. Виды и техника передач. Виды и техника ведения мяча. Виды и техника ударов по воротам. Техника игры вратаря.
3	Тема 3. Основы тактики игры в футбол	Индивидуальные, групповые и командные действия в защите и в нападении – классификация, варианты использования, правила применения.
4	Тема 4. Методика проведения занятий по футбол	Задачи, последовательность обучения, средства и методы обучения на каждом этапе (начальное разучивание, углубленное разучивание, закрепление и совершенствование), способы предупреждения, диагностики и устранения ошибок, средства и методы контроля эффективности обучения, способы обеспечения надежности и вариативности техники и тактики. Планирование и проведение фрагмента занятия по решению задач обучения технике и тактике игры.
5	Тема 5. Организация и проведение соревнований по футбол	Основы методики судейства. Организация и проведение соревнований. Основные документы. Протокол игры. Техника судейства. Разбор примеров. Выполнение функций судьи. Этика поведения участников соревнований.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика учебных занятий *лекционного* типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Тема 1. Общая характеристика футбола.	Общая характеристика футбола, история возникновения, эволюция правил, развитие футбола в России.
2	Тема 2. Основы техники игры в футбол	Классификация технических приемов. Техника стоек и перемещений. Виды и техника передач. Виды и техника ведения мяча. Виды и техника ударов по воротам. Техника игры вратаря.
3	Тема 3. Основы тактики игры в футбол	Индивидуальные, групповые и командные действия в защите и в нападении – классификация, варианты использования, правила применения.
4	Тема 4. Методика проведения занятий по футбол	Задачи, последовательность обучения, средства и методы обучения на каждом этапе (начальное разучивание, углубленное разучивание, закрепление и совершенствование), способы предупреждения, диагностики и устранения ошибок, средства и методы контроля эффективности обучения, способы обеспечения надежности и вариативности техники и тактики. Планирование и проведение фрагмента занятия по решению задач обучения технике и тактике игры.
5	Тема 5. Организация и проведение соревнований по футбол	Основы методики судейства. Организация и проведение соревнований. Основные документы. Протокол игры. Техника судейства. Разбор примеров. Выполнение функций судьи. 18. Этика поведения участников соревнований.

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Тема 1. Общая характеристика футбола.	Общая характеристика футбола, история возникновения, эволюция правил, развитие футбола в России.
2	Тема 2. Основы техники игры в футбол	Классификация технических приемов. Техника стоек и перемещений. Виды и техника передач. Виды и техника ведения мяча. Виды и техника ударов по воротам. Техника игры вратаря.
3	Тема 3. Основы тактики игры в футбол	Индивидуальные, групповые и командные действия в защите и в нападении – классификация, варианты использования, правила применения.
4	Тема 4. Методика проведения занятий по футбол	Задачи, последовательность обучения, средства и методы обучения на каждом этапе (начальное разучивание, углубленное разучивание, закрепление и

		совершенствование), способы предупреждения, диагностики и устранения ошибок, средства и методы контроля эффективности обучения, способы обеспечения надежности и вариативности техники и тактики. Планирование и проведение фрагмента занятия по решению задач обучения технике и тактике игры.
5	Тема 5. Организация и проведение соревнований по футбол	Основы методики судейства. Организация и проведение соревнований. Основные документы. Протокол игры. Техника судейства. Разбор примеров. Выполнение функций судьи. Этика поведения участников соревнований.

Тематика самостоятельной работы студентов

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Тема 1. Общая характеристика футбола.	Общая характеристика футбола, история возникновения, эволюция правил, развитие футбола в России.
2	Тема 2. Основы техники игры в футбол	Классификация технических приемов. Техника стоек и перемещений. Виды и техника передач. Виды и техника ведения мяча. Виды и техника ударов по воротам. Техника игры вратаря.
3	Тема 3. Основы тактики игры в футбол	Индивидуальные, групповые и командные действия в защите и в нападении – классификация, варианты использования, правила применения.
4	Тема 4. Методика проведения занятий по футбол	Задачи, последовательность обучения, средства и методы обучения на каждом этапе (начальное разучивание, углубленное разучивание, закрепление и совершенствование), способы предупреждения, диагностики и устранения ошибок, средства и методы контроля эффективности обучения, способы обеспечения надежности и вариативности техники и тактики. Планирование и проведение фрагмента занятия по решению задач обучения технике и тактике игры.
5	Тема 5. Организация и проведение соревнований по футбол	Основы методики судейства. Организация и проведение соревнований. Основные документы. Протокол игры. Техника судейства. Разбор примеров. Выполнение функций судьи. Этика поведения участников соревнований.

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные

выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

Особенностью дисциплины является практическая направленность на освоение методики обучения, качественное использование средств данного базового вида спорта в системе образования. Каждый студент выполняет планирование и проведение фрагмента занятия. Для подготовки рекомендуется использовать стандартную форму плана-конспекта урока по физической культуре – указать тему, цель и задачи занятия, место проведения, используемый инвентарь, далее структурировать содержание в таблице (предусмотреть типичные ошибки, способы регулирования нагрузки, проиллюстрировать необходимые моменты схемами, рисунками).

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Тема 1. Общая характеристика футбола	ОПК-3.1	Ориентировочный этап – устный опрос, тестирование
Тема 2. Основы техники игры в футбол	ОПК-3.2	
Тема 3. Основы тактики игры в футбол	ОПК-3.3	Деятельностный этап – письменная работа, выполнение практических нормативов по
	ОПК-6.1	
	ОПК-6.2	

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контроли- руемой	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
футбол Тема 4. Методика проведения занятий по футбол Тема 5. Организация и проведение соревнований по футбол		технической подготовленности
		Контрольно-корректировочный этап – планирование и проведение фрагмента занятия

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности процессе текущего контроля

– **устный опрос:** проводится во время практических занятий. Студенты должны дать описание технического или тактического действия, рассматриваемого на предыдущем занятии – выделить определяющее звено, основу техники, детали, варианты использования, правила применения, типичные ошибки и способы их предупреждения и исправления.

– **тестирование** - проводится в электронно-информационной среде БФУ им.И.Канта. Тестовые задания в закрытой форме при необходимости выбора единственного верного ответа имеют круглый селектор, при множественном выборе – квадратный. Используются также задания на сопоставление вариантов и в открытой форме с вводом короткого ответа (одним словом). Для получения оценки «зачтено» необходимо верно ответить не менее, чем на 60% тестовых заданий.

– **письменные работы: конспекты учебных занятий.** После каждого практического занятия студенты составляют их планы-конспекты. Форма таблицы приведена в методических рекомендациях. Критерий оценки конспекта – соответствие структуры и содержания, правильная запись упражнений и методических указаний. При соблюдении этих критериев для всех конспектов занятий выставляется общая оценка «зачтено».

– **контрольные нормативы** по технической подготовленности: выполнение ударов по воротам с расстояния 16 метров, 10 попыток, 5 раз мяч должен пересечь линию ворот, не касаясь поверхности поля.

– **планирование и проведение фрагмента учебного занятия.** Каждый студент проводит по два фрагмента учебных занятий – подготовительная часть и основная (по обучению одному из базовых технических элементов). Конспект составляется по общим требованиям. Оценка конспекта проводится по пяти показателям (приведены ниже в таблице). Проведение оценивается по четырем критериям – четкое сообщение задач занятия и подача команд, соответствие структуры и содержания плану-конспекту, текущий контроль (исправление ошибок в технике, контроль дозировки), проведение самоанализа (выводы об эффективности решения поставленных задач).

Критерии оценки качества плана-конспекта урока

Критерий	Качественное соответствие
Формулировка задач урока и планирование способов их решения	Сформулировано не менее трех задач, представлены задачи всех трех основных групп, сформулированные задачи в целом соответствуют возрастным особенностям занимающихся и учебной программе, подобранные средства и методы позволяют в целом или частично решить все поставленные задачи, наблюдается взаимосвязь между

	решением поставленных задач
Структура и содержание урока	В целом прослеживается динамика нагрузки в соответствии с поставленными задачами урока, соблюдены правила определения последовательности упражнений, длительность и содержание подготовительной и заключительной части соответствует задачам урока и возрастным особенностям занимающихся, позволяет решить частные задачи этих частей урока. Рассчитано время выполнения каждого задания, время каждой части и общая длительность урока. Предусмотрено сообщение задач, объяснение каждого задания, подведение итогов занятия, объяснение домашнего задания. Допускаются неточности в дозировке или порядке упражнений, методических указаниях – не противоречащие физиологическим особенностям занимающихся.
Терминология записи упражнений	В целом правильно использована терминология описания упражнений, команд, построений и перестроений. Допускаются ошибки (неточности) в описании исходных положений и основных движений, которые не искажают их смысл.
Планирование организации деятельности занимающихся	В конспекте четко прописана деятельность занимающихся в каждом упражнении, указаны методы организации, в том числе способы разделения на группы, индивидуальные задания. Предусмотрены варианты изменения деятельности в соответствии с возможными вариантами реакции занимающихся, способы оценки и взаимооценки деятельности занимающихся. Спланирована деятельность занимающихся по самоорганизации, взаимодействие с преподавателем и между учениками во время выполнения заданий. Допускаются неточности в определении способов дифференцирования и индивидуализации заданий.
Качество организационно-методических указаний	Организационно-методические указания кратко и информативно отражают особенности выполнения каждого задания, четко указывают способы обеспечения правильной техники движений или рационального способа выполнения задания, предусматривают способы предупреждения и исправления ошибок, способы индивидуализации дозировки или степени сложности упражнений. Допускаются ошибки и неточности в формулировках, не искажающие смысл действий занимающихся.

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

1. Общая характеристика футбола как вида спорта и средства физического воспитания.
2. История возникновения футбола, эволюция правил, развитие футбола в России.
3. Классификация технических приемов футбола.
4. Техника стоек и перемещений футболистов.
5. Виды и техника передач в футболе.
6. Виды и техника ведения мяча.
7. Виды и техника ударов по воротам.
8. Техника игры вратаря.
9. Индивидуальные, групповые и командные действия в защите – классификация, варианты использования, правила применения.

10. Индивидуальные, групповые и командные действия в нападении – классификация, варианты использования, правила применения.
11. Задачи обучения технике игры в футбол на разных этапах.
12. Последовательность обучения технике и тактике игры в футбол.
13. Средства и методы обучения на каждом этапе.
14. Способы предупреждения, диагностики и устранения ошибок,
15. Средства и методы контроля эффективности обучения технике игры в футбол.
16. Основы методики судейства.
17. Наиболее важные правила соревнований по футболу.
18. Этика поведения участников соревнований.
19. Особенности применения футбола в физическом воспитании в системе образования.
20. Возможности использования футбола в спортивной подготовке в избранном виде спорта.

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степенью самостоятельности и инициативы	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо		71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно		55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Физическая культура (подготовка). Спортивные и подвижные игры: учебное пособие / под науч. ред. Е.А. Таран. — Москва: ИНФРА-М, 2024. — 196 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-112557-1. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Лях, В. И. Физическая культура. 10-11 класс. Базовый уровень / В. И. Лях. - 11-е изд., стер. - Москва: Просвещение, 2023. - 271 с. - ISBN 978-5-09-103628-2. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

Дополнительная литература

1. Физическая культура и спорт : учебно-методическое пособие для обучающихся по укрупненным группам направлений: 43.00.00 «Сервис и туризм», 48.00.00 «Гуманитарные науки», 50.00.00 «Искусство и культура», 51.00.00 «Культуроведение и социокультурные проекты», 52.00.00 «Сценические искусства и литературное творчество», 53.00.00 «Музыкальное искусство», 54.00.00 «Изобразительное и прикладные виды искусств», квалификация (степень) выпускника «бакалавр» / авт.-сост. : Н. А. Лопатин, А. И. Шульгин ; Кемеров. гос. ин-т культуры. - Кемерово : Кемеров. гос. ин-т культуры, 2019. - 99 с. - ISBN 978-5-8154-0493-9. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 16.11.2022 № 1000 "Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта "футбол" (Зарегистрирован 13.12.2022 № 71480)
<http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202212200021>

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- НЭБ Национальная электронная библиотека
- eLIBRARY.RU
- ЭБС Консультант студента
- ООО «Проспект»
- ЭБС ZNANIUM.COM
- ЭБС «Айбукс»
- ЭБС РКИ
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов ПО, соответствующее стандартным учебным задачам.

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

Для проведения занятий лекционного типа, лабораторных занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения лабораторных работ (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

Программа дисциплины «Теория и методика преподавания спортивных игр»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Теория и методика преподавания спортивных игр»	93
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	93
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	93
4. Виды учебной работы по дисциплине	94
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам	94
6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине	95
7. Методические рекомендации по видам занятий	96
8. Фонд оценочных средств	97
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	97
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	98
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	100
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	101
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	102
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	102
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	103
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	103

1. Наименование дисциплины: «Теория и методика преподавания спортивных игр».

Цель дисциплины – овладение студентами системой научно-практических знаний в рассматриваемой области и подготовка к их применению спортивных игры в будущей профессиональной деятельности согласно направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура профилю подготовки «Спортивная подготовка».

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ОПК-6 Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	ОПК-6.1 Организует и проводит соревнования по избранному виду спорта. ОПК-6.2 Решает спортивные споры при проведении соревнований	Знать: правила базовых видов спортивных игр, технику судейства базовых видов спортивных игр, требования к документационному обеспечению соревнований по базовым видам спортивных игр Уметь: организовывать взаимодействие обучающихся при участии в соревнованиях по базовым видам спортивных игр Владеть: способами предупреждения и решения спортивных споров при проведении соревнований по базовым видам спортивных игр
ОПК-7 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	ОПК-7.3 Выявляет особенности планирования и методического сопровождения образовательного процесса в соответствии с ФГОС. ОПК-7.4 Определяет эффективные средства контроля тренировочного и образовательного процесса.	Знать: требования образовательных стандартов к формированию документов планирования и методического сопровождения образовательного процесса в системах общего и дополнительного образования Уметь: планировать образовательный процесс с использованием базовых видов спортивных игр Владеть: способами определения эффективных средств контроля тренировочного и образовательного процесса с использованием базовых видов спортивных игр

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина входит в обязательную часть учебного плана подготовки бакалавров физической культуры.

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и лабораторных занятиях (семинарского типа, в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Тема 1. Введение. Характеристика спортивных игр как спорта и средства физического воспитания.	Суть и признаки спортивных игр, спортивные игры как средство физического воспитания, спортивные игры как спорт, структура деятельности в спортивных играх
2	Тема 2. Отбор и система подготовки в спортивных играх.	Отбор и ориентация как система мероприятий, критерии отбора в спортивных играх, соревнование как цель и средство подготовки в спортивных играх, структура спортивной тренировки в спортивных играх, средства и методы спортивной тренировки в подготовке спортсменов-игровиков
3	Тема 3. Методика обучения технике спортивных игр.	Требования к технике в спортивных играх, классификация техники, этапы обучения технике, средства и методы обучения технике спортивных игр, предупреждение и исправление ошибок, специфические методические приемы в обучении технике спортивных игр, использование технических средств обучения, контроль эффективности обучения технике двигательных действий в спортивных играх
4	Тема 4. Методика обучения тактике спортивных игр.	Роль тактики и стратегии в достижении победы, особенности тактики в спортивных играх, классификация тактики, этапы обучения тактике, средства и методы обучения тактике спортивных игр, специфические методические приемы в обучении тактике спортивных игр, использование технических средств обучения, контроль эффективности обучения тактике в спортивных играх, возможности управления игровой деятельностью игрока и команды в спортивных играх.
5	Тема 5. Организация и проведение соревнований по спортивным играм.	Организационное обеспечение соревнований по спортивным играм, документационное обеспечение соревнований по спортивным играм, положение, регламент, протоколы соревнований, функции судей, особенности поведения участников соревнований,

		техника судейства.
6	Тема 6. Общая характеристика базовых видов спортивных игр.	Общая характеристика, история, правила, классификация техники и тактики, методика обучения в баскетболе, волейболе, настольном теннисе, бадминтоне, футболе.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика учебных занятий *лекционного* типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Тема 1. Введение. Характеристика спортивных игр как спорта и средства физического воспитания.	Суть и признаки спортивных игр, спортивные игры как средство физического воспитания, спортивные игры как спорт, структура деятельности в спортивных играх
2	Тема 2. Отбор и система подготовки в спортивных играх.	Отбор и ориентация как система мероприятий, критерии отбора в спортивных играх, соревнование как цель и средство подготовки в спортивных играх, структура спортивной тренировки в спортивных играх, средства и методы спортивной тренировки в подготовке спортсменов-игровиков
3	Тема 3. Методика обучения технике спортивных игр.	Требования к технике в спортивных играх, классификация техники, этапы обучения технике, средства и методы обучения технике спортивных игр, предупреждение и исправление ошибок, специфические методические приемы в обучении технике спортивных игр, использование технических средств обучения, контроль эффективности обучения технике двигательных действий в спортивных играх
4	Тема 4. Методика обучения тактике спортивных игр.	Роль тактики и стратегии в достижении победы, особенности тактики в спортивных играх, классификация тактики, этапы обучения тактике, средства и методы обучения тактике спортивных игр, специфические методические приемы в обучении тактике спортивных игр, использование технических средств обучения, контроль эффективности обучения тактике в спортивных играх, возможности управления игровой деятельностью игрока и команды в спортивных играх.
5	Тема 5. Организация и проведение соревнований по спортивным играм.	Организационное обеспечение соревнований по спортивным играм, документационное обеспечение соревнований по спортивным играм, положение, регламент, протоколы соревнований, функции судей, особенности поведения участников соревнований, техника судейства.

Тематика самостоятельной работы студентов

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Тематика самостоятельных работ
1	Тема 1. Введение. Характеристика спортивных игр как спорта и средства физического воспитания.	Суть и признаки спортивных игр, спортивные игры как средство физического воспитания, спортивные игры как спорт, структура деятельности в спортивных играх
2	Тема 2. Отбор и система подготовки в спортивных играх.	Отбор и ориентация как система мероприятий, критерии отбора в спортивных играх, соревнование как цель и средство подготовки в спортивных играх, структура спортивной тренировки в спортивных играх, средства и методы спортивной тренировки в подготовке спортсменов-игровиков
3	Тема 3. Методика обучения технике спортивных игр.	Требования к технике в спортивных играх, классификация техники, этапы обучения технике, средства и методы обучения технике спортивных игр, предупреждение и исправление ошибок, специфические методические приемы в обучении технике спортивных игр, использование технических средств обучения, контроль эффективности обучения технике двигательных действий в спортивных играх
4	Тема 4. Методика обучения тактике спортивных игр.	Роль тактики и стратегии в достижении победы, особенности тактики в спортивных играх, классификация тактики, этапы обучения тактике, средства и методы обучения тактике спортивных игр, специфические методические приемы в обучении тактике спортивных игр, использование технических средств обучения, контроль эффективности обучения тактике в спортивных играх, возможности управления игровой деятельностью игрока и команды в спортивных играх.
5	Тема 5. Организация и проведение соревнований по спортивным играм.	Организационное обеспечение соревнований по спортивным играм, документационное обеспечение соревнований по спортивным играм, положение, регламент, протоколы соревнований, функции судей, особенности поведения участников соревнований, техника судейства.
6	Тема 6. Общая характеристика базовых видов спортивных игр.	Общая характеристика, история, правила, классификация техники и тактики, методика обучения в баскетболе, волейболе, настольном теннисе, бадминтоне, футболе.

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные

выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретным ситуациям из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Тема 1. Введение. Характеристика спортивных игр как спорта и средства физического воспитания. Тема 2. Отбор и система подготовки в спортивных играх. Тема 3. Методика обучения технике спортивных игр. Тема 4. Методика обучения тактике спортивных игр. Тема 5. Организация и проведение соревнований по спортивным играм.	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-7.1 ОПК-7.2	Ориентировочный этап – устный опрос, тестирование
		Деятельностный этап – письменная работа
		Контрольно-корректировочный этап – доклад-презентация

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контроли- руемой	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Тема 6. Общая характеристика базовых видов спортивных игр.		

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля

– **устный опрос:** проводится во время практических занятий. Студенты должны дать описание технического или тактического действия, рассматриваемого на предыдущем занятии – выделить определяющее звено, основу техники, детали, варианты использования, правила применения, типичные ошибки и способы их предупреждения и исправления.

– **тестирование** - проводится в электронно-информационной среде БФУ им.И.Канта. Тестовые задания в закрытой форме при необходимости выбора единственного верного ответа имеют круглый селектор, при множественном выборе – квадратный. Используются также задания на сопоставление вариантов и в открытой форме с вводом короткого ответа (одним словом). Для получения оценки «зачтено» необходимо верно ответить не менее, чем на 60% тестовых заданий.

– **письменная работа: конспект учебного занятия.** Студент составляет конспект занятия по обучению технике двигательного действия из одной спортивной игры (игра и вид технического действия выбирается по жеребьевке). Конспект оценивается по критериям, приведенным ниже.

Критерии оценки качества плана-конспекта урока

Критерий	Качественное соответствие
Формулировка задач урока и планирование способов их решения	Сформулировано не менее трех задач, представлены задачи всех трех основных групп, сформулированные задачи в целом соответствуют возрастным особенностям занимающихся и учебной программе, подобранные средства и методы позволяют в целом или частично решить все поставленные задачи, наблюдается взаимосвязь между решением поставленных задач
Структура и содержание урока	В целом прослеживается динамика нагрузки в соответствии с поставленными задачами урока, соблюдены правила определения последовательности упражнений, длительность и содержание подготовительной и заключительной части соответствует задачам урока и возрастным особенностям занимающихся, позволяет решить частные задачи этих частей урока. Рассчитано время выполнения каждого задания, время каждой части и общая длительность урока. Предусмотрено сообщение задач, объяснение каждого задания, подведение итогов занятия, объяснение домашнего задания. Допускаются неточности в дозировке или порядке упражнений, методических указаниях – не противоречащие физиологическим особенностям занимающихся.

Терминология записи упражнений	В целом правильно использована терминология описания упражнений, команд, построений и перестроений. Допускаются ошибки (неточности) в описании исходных положений и основных движений, которые не искажают их смысл.
Планирование организации деятельности занимающихся	В конспекте четко прописана деятельность занимающихся в каждом упражнении, указаны методы организации, в том числе способы разделения на группы, индивидуальные задания. Предусмотрены варианты изменения деятельности в соответствии с возможными вариантами реакции занимающихся, способы оценки и взаимооценки деятельности занимающихся. Спланирована деятельность занимающихся по самоорганизации, взаимодействие с преподавателем и между учениками во время выполнения заданий. Допускаются неточности в определении способов дифференцирования и индивидуализации заданий.
Качество организационно-методических указаний	Организационно-методические указания кратко и информативно отражают особенности выполнения каждого задания, четко указывают способы обеспечения правильной техники движений или рационального способа выполнения задания, предусматривают способы предупреждения и исправления ошибок, способы индивидуализации дозировки или степени сложности упражнений. Допускаются ошибки и неточности в формулировках, не искажающие смысл действий занимающихся.

– **доклад-презентация:** студент разрабатывает и представляет технологию обучения технике двигательного действия одного из видов спортивных игр на свой выбор. В презентации должны быть отражены описание техники, этапы обучения, основные средства и методы для каждого этапа, способы предупреждения типовых ошибок, средства контроля качества обучения. Каждый из перечисленных элементов должен в целом соответствовать теории и практике двигательного обучения в спортивных играх.

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

1. Суть и признаки спортивных игр,
2. Спортивные игры как средство физического воспитания,
3. Спортивные игры как спорт,
4. Структура деятельности в спортивных играх
5. Отбор и ориентация как система мероприятий,
6. Критерии отбора в спортивных играх,
7. Соревнование как цель и средство подготовки в спортивных играх,
8. Структура спортивной тренировки в спортивных играх,
9. Средства и методы спортивной тренировки в подготовке спортсменов-игровиков
10. Требования к технике в спортивных играх,
11. Классификация техники в спортивных играх,

12. Этапы обучения технике, цели и задачи каждого этапа,
13. Средства и методы обучения технике спортивных игр,
14. Предупреждение и исправление ошибок,
15. Специфические методические приемы в обучении технике спортивных игр,
16. Использование технических средств обучения в спортивных играх,
17. Контроль эффективности обучения технике двигательных действий в спортивных играх
18. Роль тактики и стратегии в достижении победы,
19. Особенности тактики в спортивных играх,
20. Классификация тактики в спортивных играх,
21. Этапы обучения тактике, средства и методы обучения тактике спортивных игр,
22. Специфические методические приемы в обучении тактике спортивных игр,
23. Использование технических средств обучения,
24. Контроль эффективности обучения тактике в спортивных играх,
25. Возможности управления игровой деятельностью игрока и команды в спортивных играх.
26. Организационное обеспечение соревнований по спортивным играм,
27. Документационное обеспечение соревнований по спортивным играм,
28. Положение, регламент, протоколы соревнований,
29. Функции судей в спортивных играх,
30. Особенности поведения участников соревнований,
31. Техника судейства в баскетболе,
32. Техника судейства в волейболе,
33. Техника судейства в настольном теннисе,
34. Техника судейства в бадминтоне,
35. Техника судейства в футболе,
36. Общая характеристика баскетбола как спортивной игры,
37. История развития баскетбола,
38. Основные правила игры в баскетболе,
39. Классификация техники и тактики игры в баскетболе,
40. Методика обучения технике стоек и перемещений в баскетболе,
41. Методика обучения игре с мячом в баскетболе,
42. Методика обучения технике защиты в баскетболе,
43. Методика обучения тактике игры в баскетбол,
44. Общая характеристика волейбола как спортивной игры,
45. История развития волейбола,
46. Основные правила игры в волейбол,
47. Классификация техники и тактики игры волейболе,
48. Методика обучения технике стоек и перемещений в волейболе,
49. Методика обучения игре с мячом в волейболе,
50. Методика обучения технике защиты в волейболе,
51. Методика обучения тактике игры в волейболе,
52. Общая характеристика бадминтона как спортивной игры,
53. История развития бадминтона,
54. Основные правила игры в бадминтон,
55. Классификация техники и тактики игры в бадминтоне,
56. Методика обучения технике стоек и перемещений в бадминтоне,
57. Методика обучения технике подач в бадминтоне,
58. Методика обучения технике ударов в бадминтоне,
59. Тактика одиночной игры в бадминтоне,
60. Тактика парной игры в бадминтоне,

61. Методика обучения тактике игры в бадминтоне,
62. Общая характеристика настольного тенниса как спортивной игры,
63. История развития настольного тенниса,
64. Основные правила игры в настольный теннис,
65. Классификация техники и тактики игры в настольном теннисе,
66. Методика обучения технике стоек и перемещений в настольном теннисе,
67. Методика обучения технике подач в настольном теннисе,
68. Методика обучения технике ударов в настольном теннисе,
69. Тактика одиночной игры в настольном теннисе,
70. Тактика парной игры в настольном теннисе,
71. Методика обучения тактике игры в настольном теннисе,
72. Общая характеристика футбола как спортивной игры,
73. История развития футбола,
74. Основные правила игры в футболе,
75. Классификация техники и тактики игры в футболе,
76. Методика обучения технике стоек и перемещений в футболе,
77. Методика обучения игре с мячом в футболе,
78. Методика обучения технике защиты в футболе,
79. Методика обучения тактике игры в футбол.
80. Возможности использования спортивных игр в подготовке спортсменов в избранном виде спорта.

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степенью самостоятельности и инициативы	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо		71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически	удовлетворительно		55-70

		контролируемого материала			
Недостаточный	Отсутствие признаков	удовлетворительного уровня	неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Физическая культура (подготовка). Спортивные и подвижные игры: учебное пособие / под науч. ред. Е.А. Таран. — Москва: ИНФРА-М, 2024. — 196 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-112557-1. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
2. Лях, В. И. Физическая культура. 10-11 класс. Базовый уровень / В. И. Лях. - 11-е изд., стер. - Москва: Просвещение, 2023. - 271 с. - ISBN 978-5-09-103628-2. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

Дополнительная литература

3. Физическая культура и спорт : учебно-методическое пособие для обучающихся по укрупненным группам направлений: 43.00.00 «Сервис и туризм», 48.00.00 «Гуманитарные науки», 50.00.00 «Искусство и культура», 51.00.00 «Культуроведение и социокультурные проекты», 52.00.00 «Сценические искусства и литературное творчество», 53.00.00 «Музыкальное искусство», 54.00.00 «Изобразительное и прикладные виды искусств», квалификация (степень) выпускника «бакалавр» / авт.-сост. : Н. А. Лопатин, А. И. Шульгин ; Кемеров. гос. ин-т культуры. - Кемерово : Кемеров. гос. ин-т культуры, 2019. - 99 с. - ISBN 978-5-8154-0493-9. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).
4. Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта <https://www.minsport.gov.ru/activity/high-performance-sports/sports-reserve-training/federalnye-standarty-sportivnoj-podgotovki-po-vidam-sporta-127fs/>

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- НЭБ Национальная электронная библиотека
- eLIBRARY.RU
- ЭБС Консультант студента
- ООО «Проспект»
- ЭБС ZNANIUM.COM
- ЭБС «Айбукс»
- ЭБС РКИ
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;

- установленное на рабочих местах студентов ПО, соответствующее стандартным учебным задачам.

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

Для проведения занятий лекционного типа, лабораторных занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения лабораторных работ (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

4.9. Программа дисциплины «Легкая атлетика с методикой преподавания»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Легкая атлетика с методикой преподавания»	105
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	105
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	106
4. Виды учебной работы по дисциплине	106
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам	107
6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине	109
7. Методические рекомендации по видам занятий	113
8. Фонд оценочных средств	114
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	114
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	115
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	119
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	121
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	121
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	122
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	122
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	122

1. Наименование дисциплины: «Легкая атлетика с методикой преподавания».

Цель дисциплины – подготовка студентов к проведению занятий по легкой атлетике в различных звеньях системы образования, а также к использованию средств легкой атлетики в различных видах физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;	ОПК-3.1 Выбирает виды физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с ФГОС в области образования. ОПК-3.2 Проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств и методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. ОПК-3.3 Анализирует эффективность технологий обучения двигательным действиям и физической подготовки обучающихся.	Знать: организационные основы проведения учебных занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств легкой атлетики, структуру техники и основы тактики базовых видов легкой атлетики, средства, методы и методические приемы обучения базовым видам легкой атлетики Уметь: выполнять качественный показ основных технических приемов легкой атлетики, проводить занятия по легкой атлетике, использовать их как средства и методы физической подготовки, обучать технике и тактике базовых видов легкой атлетики Владеть: методикой проведения занятий по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке обучающихся с использованием базовых видов легкой атлетики
ОПК-7. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного, образовательного процессов и соревновательной деятельности, в том числе с использованием методов измерения и оценки	ОПК-7.1 Выявляет актуальные методы измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся. ОПК-7.2 Использует результаты контроля в корректировке планов учебной и тренировочной работы. ОПК-7.3 Выявляет угрозы и степень опасности внешних и	Знать: основы техники безопасности на занятиях по легкой атлетике, основные причины травматизма и способы их предупреждения, методы контроля эффективности техники базовых видов легкой атлетики, основные признаки изменения состояния занимающихся Уметь: реализовывать правила техники безопасности в организации и проведении занятий по легкой атлетике, предупреждать типичные ошибки в технике упражнений, выбирать адекватные средства и

физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	внутренних факторов для профилактики травматизма ОПК-7.4 Анализирует причины возникновения травматизма и заболеваний при занятиях физической культурой и спортом, осуществляет профилактические мероприятия.	методы текущего контроля на занятиях по базовым видам легкой атлетики Владеть: способами безопасного построения упражнений и занятий по легкой атлетики, способами предупреждения травматизма при выполнении упражнений базовых видов спорта, способами оценки качества выполнения упражнений (видеть и устранять типичные и индивидуальные ошибки при выполнении основных технических и тактических приемов в базовых видах легкой атлетики)
ОПК-6. Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по базовым видам спорта	ОПК-6.1 Организует и проводит соревнования по избранному виду спорта.	Знать: основные правила базовых видов спорта, основы методики организации и проведения массовых соревнований по базовым видам легкой атлетики Уметь: применять технику судейства массовых соревнований по базовым видам легкой атлетики Владеть: основными функциями судей в проведении массовых соревнований по базовым видам легкой атлетики

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина входит в блок дисциплин обязательной части образовательной программы.

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и практических занятиях (семинарского типа, в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Основы техники легкоатлетических упражнений	Основы техники бега: фаза амортизации, фаза отталкивания, фаза подъема ОЦМТ. Внешние силы, действующие в беге на человека. Техника бега: старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование. Особенности кроссового бега. Основы техники метания. Основы техники прыжков. Основы методики обучения легкоатлетическим упражнениям.
2	Техника спортивной ходьбы и методика обучения.	Обучение технике спортивной ходьбы. Подводящие упражнения. Специальные упражнения. Методика обучения спортивной ходьбы. Ошибки при выполнении спортивной ходьбы, способы устранения.
3	Техника бега на короткие дистанции, методика преподавания.	Особенности постановки стопы при беге на короткие дистанции, работа рук, положение головы. Упражнения направленные на освоение техники бега на короткие дистанции. Обучение техники бега по прямой: работа рук, ног, положение туловища, головы. Специальные беговые упражнения: бег с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени и т.д. Имитационные упражнения для овладения техникой работы рук. Повторяй бег на отрезках 60-80 метров с постепенным увеличением скорости. Упражнения направленные на освоение техники финиширования. Ошибки при выполнении стартового разгона способы устранения.
4	Техники низкого старта, методика обучения.	Изучение техники низкого старта и его разновидностей. Техника низкого старта без стартовых колодок. Техника низкого старта с колодок. Методика обучения старту. Ошибки при выполнении старта, способы устранения. Упражнения направленные на совершенствование техники бега на короткие дистанции. Упражнения направленные для совершенствования техники финиширования. Учебная практика практика (проведение частей урока по заданию преподавателя).
5	Изучение техники бега на средние дистанции	Старт и стартовый разгон, бег по дистанции, движение рук, особенности пробегания виражей, финиширование. Особенности техники кроссового бега. Методика обучения, упражнения направленные на освоение техники бега, работе рук, положения туловища. Ошибки при выполнении способы устранения. Учебная практика проведение частей урока по заданию преподавателя.
6	Техники прыжка в длину способом «согнув ноги», методика обучения	Виды прыжков и их эволюция. Фазы прыжков и их характеристика. Основные факторы, определяющие результативность прыжков. Обучение технике прыжков в длину с места и с разбега способом «согнув ноги». Методика обучения прыжкам в длину.

		Выполнение специальных и подводящих упражнений направленных на освоение техники отталкивания, техники приземления, фазе приземления. Выполнение упражнения в целом. Учебная практика проведение частей урока по заданию преподавателя.
7	Техники прыжка в высоту. Методика обучения.	Техника прыжка в высоту способом перешагивание: отталкивание, разбег, переход через планку, приземление. Методика обучения, упражнения направленные на освоение главной фазы техники – отталкивание: имитационные упражнения, выпрыгивание в верх, выпрыгивание с шага, трех шагов, беговых шагов, методические указания. Упражнения направленные на освоение фазы разбега, бег в структуре разбега 30 – 50 метров, подводящие упражнения. Упражнения направленные на переход через планку. Ошибки при выполнении способы устранения. Учебная практика проведение частей урока по заданию преподавателя.
8	Техники метания мяча, методика обучения.	Предварительная фаза: держание снаряда и разбег. Особенности разбега при метании мяча, заключительная фаза – бросковые шаги. Финальное усилие. Варианты метания малого мяча с разбега на 6 шагов; на 5 шагов; на 4 шага. Метание мяча с места на дальность. Метание мяча с разбега на дальность. Метание мяча в цель. Ошибки при выполнении метания мяча. Методика обучения. Техника безопасности.
9	Технике барьерного бега, методика обучения.	Техника преодоление барьера: атака; переход через планку; сход. Техника подбегания к барьеру. Методика обучения: обучение ритму, обучение старту и разгону. Обучение переходу через барьер. Ошибки при выполнении упражнения, методические указания при обучении.
10	Техника эстафетного бега, передачи эстафетной палочки снизу.	Изучение техники эстафетного бега, передачи эстафетной палочки снизу вверх; сверху в низ. Ошибки при выполнении упражнения, методические указания при обучении.
11	Совершенствование техники и развитие физических качеств	Совершенствование бега на 30 метров; 60 метров; 100 метров; 200 метров, 800 метров, 1000 метров. Прыжок в длину с разбега. Методики развития скоростных способностей, скоростно-силовых, выносливости.
12	Основы организации соревнований по легкой атлетике	Правила соревнований, особенности проведения занятий по видам легкой атлетики, функции судей в составе судейской бригады.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика учебных занятий *лекционного* типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Основы техники легкоатлетических упражнений	Основы техники бега: фаза амортизации, фаза отталкивания, фаза подъема ОЦМТ. Внешние силы действующие в беге на человека. Техника бега: старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование. Особенности кроссового бега. Основы техники метания. Основы техники прыжков. Основы методики обучения легкоатлетическим упражнениям.
2	Совершенствование техники и развитие физических качеств	Многообразие средств, методов и методических приемов для совершенствования техники легкоатлетических упражнений. Особенности построения методик занятий с различными категориями обучающихся. Основы методики развития ловкости с использованием легкоатлетических упражнений. Основы методики развития скоростно-силовых способностей с использованием легкоатлетических упражнений. Основы методики развития скоростных способностей с использованием легкоатлетических упражнений. Особенности методик, направленных на развитие различных видов выносливости с использованием средств легкой атлетики. Роль гибкости в освоении техники легкоатлетических упражнений.
3	Основы организации соревнований по легкой атлетике	Правила соревнований, особенности проведения занятий по видам легкой атлетики, функции судей в составе судейской бригады.

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Основы техники легкоатлетических упражнений	Основы техники бега: фаза амортизации, фаза отталкивания, фаза подъема ОЦМТ. Внешние силы действующие в беге на человека. Техника бега: старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование. Особенности кроссового бега. Основы техники метания. Основы техники прыжков. Основы методики обучения легкоатлетическим упражнениям.
2	Техника спортивной ходьбы и методика	Обучение технике спортивной ходьбы. Подводящие упражнения. Специальные упражнения.

	обучения.	Методика обучения спортивной ходьбы. Ошибки при выполнении спортивной ходьбы, способы устранения.
3	Техника бега на короткие дистанции, методика преподавания.	Особенности постановки стопы при беге на короткие дистанции, работа рук, положение головы. Упражнения направленные на освоение техники бега на короткие дистанции. Обучение техники бега по прямой: работа рук, ног, положение туловища, головы. Специальные беговые упражнения: бег с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени и т.д. Имитационные упражнения для овладения техникой работы рук. Повторяй бег на отрезках 60-80 метров с постепенным увеличением скорости. Упражнения направленные на освоение техники финиширования. Ошибки при выполнении стартового разгона способы устранения.
4	Техники низкого старта, методика обучения.	Изучение техники низкого старта и его разновидностей. Техника низкого старта без стартовых колодок. Техника низкого старта с колодок. Методика обучения старту. Ошибки при выполнении старта, способы устранения. Упражнения направленные на совершенствование техники бега на короткие дистанции. Упражнения направленные для совершенствования техники финиширования. Учебная практика практика (проведение частей урока по заданию преподавателя).
5	Изучение техники бега на средние дистанции	Старт и стартовый разгон, бег по дистанции, движение рук, особенности пробегания виражей, финиширование. Особенности техники кроссового бега. Методика обучения, упражнения направленные на освоение техники бега, работе рук, положения туловища. Ошибки при выполнении способы устранения. Учебная практика проведение частей урока по заданию преподавателя.
6	Техники прыжка в длину способом «согнув ноги», методика обучения	Виды прыжков и их эволюция. Фазы прыжков и их характеристика. Основные факторы, определяющие результативность прыжков. Обучение технике прыжков в длину с места и с разбега способом «согнув ноги». Методика обучения прыжкам в длину. Выполнение специальных и подводящих упражнений направленных на освоение техники отталкивания, техники приземления, фазе приземления. Выполнение упражнения в целом. Учебная практика проведение частей урока по заданию преподавателя.
7	Техники прыжка в высоту. Методика обучения.	Техника прыжка в высоту способом перешагивание: отталкивание, разбег, переход через планку, приземление. Методика обучения, упражнения направленные на освоение главной фазы техники – отталкивание: имитационные упражнения, выпрыгивание в верх, выпрыгивание с шага, трех шагов, беговых шагов, методические указания. Упражнения направленные на освоение фазы разбега,

		бег в структуре разбега 30 – 50 метров, подводящие упражнения. Упражнения направленные на переход через планку. Ошибки при выполнении способы устранения. Учебная практика проведение частей урока по заданию преподавателя.
8	Техники метания мяча, методика обучения.	Предварительная фаза: держание снаряда и разбег. Особенности разбега при метании мяча, заключительная фаза – бросковые шаги. Финальное усилие. Варианты метания малого мяча с разбега на 6 шагов; на 5 шагов; на 4 шага. Метение мяча с места на дальность. Метание мяча с разбега на дальность. Метание мяча в цель. Ошибки при выполнении метания мяча. Методика обучения. Техника безопасности.
9	Технике барьерного бега, методика обучения.	Техника преодоление барьера: атака; переход через планку; сход. Техника подбегания к барьеру. Методика обучения: обучение ритму, обучение старту и разгону. Обучение переходу через барьер. Ошибки при выполнении упражнения, методические указания при обучении.
10	Техника эстафетного бега, передачи эстафетной палочки снизу.	Изучение техники эстафетного бега, передачи эстафетной палочки снизу вверх; сверху в низ. Ошибки при выполнении упражнения, методические указания при обучении.
11	Совершенствование техники и развитие физических качеств	Совершенствование бега на 30 метров; 60 метров; 100 метров; 200 метров, 800 метров, 1000 метров. Прыжок в длину с разбега. Методики развития скоростных способностей, скоростно-силовых, выносливости.
12	Основы организации соревнований по легкой атлетике	Правила соревнований, особенности проведения занятий по видам легкой атлетики, функции судей в составе судейской бригады.

Тематика самостоятельной работы студентов

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Основы техники легкоатлетических упражнений	Основы техники бега: фаза амортизации, фаза отталкивания, фаза подъема ОЦМТ. Внешние силы действующие в беге на человека. Техника бега: старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование. Особенности кроссового бега. Основы техники метания. Основы техники прыжков. Основы методики обучения легкоатлетическим упражнениям.
2	Техника спортивной ходьбы и методика обучения.	Обучение технике спортивной ходьбы. Подводящие упражнения. Специальные упражнения. Методика обучения спортивной ходьбы. Ошибки при выполнении спортивной ходьбы, способы устранения.
3	Техника бега на короткие	Особенности постановки стопы при беге на короткие

	дистанции, методика преподавания.	дистанции, работа рук, положение головы. Упражнения направленные на освоение техники бега на короткие дистанции. Обучение техники бега по прямой: работа рук, ног, положение туловища, головы. Специальные беговые упражнения: бег с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени и т.д. Имитационные упражнения для овладения техникой работы рук. Повторяй бег на отрезках 60-80 метров с постепенным увеличением скорости. Упражнения направленные на освоение техники финиширования. Ошибки при выполнении стартового разгона способы устранения.
4	Техники низкого старта, методика обучения.	Изучение техники низкого старта и его разновидностей. Техника низкого старта без стартовых колодок. Техника низкого старта с колодок. Методика обучения старту. Ошибки при выполнении старта, способы устранения. Упражнения направленные на совершенствование техники бега на короткие дистанции. Упражнения направленные для совершенствования техники финиширования. Учебная практика практика (проведение частей урока по заданию преподавателя).
5	Изучение техники бега на средние дистанции	Старт и стартовый разгон, бег по дистанции, движение рук, особенности пробегания виражей, финиширование. Особенности техники кроссового бега. Методика обучения, упражнения направленные на освоение техники бега, работе рук, положения туловища. Ошибки при выполнении способы устранения. Учебная практика проведение частей урока по заданию преподавателя.
6	Техники прыжка в длину способом «согнув ноги», методика обучения	Виды прыжков и их эволюция. Фазы прыжков и их характеристика. Основные факторы, определяющие результативность прыжков. Обучение технике прыжков в длину с места и с разбега способом «согнув ноги». Методика обучения прыжкам в длину. Выполнение специальных и подводящих упражнений направленных на освоение техники отталкивания, техники приземления, фазе приземления. Выполнение упражнения в целом. Учебная практика проведение частей урока по заданию преподавателя.
7	Техники прыжка в высоту. Методика обучения.	Техника прыжка в высоту способом перешагивание: отталкивание, разбег, переход через планку, приземление. Методика обучения, упражнения направленные на освоение главной фазы техники – отталкивание: имитационные упражнения, выпрыгивание в верх, выпрыгивание с шага, трех шагов, беговых шагов, методические указания. Упражнения направленные на освоение фазы разбега, бег в структуре разбега 30 – 50 метров, подводящие упражнения. Упражнения направленные на переход через планку. Ошибки при выполнении способы

		устранения. Учебная практика проведение частей урока по заданию преподавателя.
8	Техники метания мяча, методика обучения.	Предварительная фаза: держание снаряда и разбег. Особенности разбега при метании мяча, заключительная фаза – бросковые шаги. Финальное усилие. Варианты метания малого мяча с разбега на 6 шагов; на 5 шагов; на 4 шага. Метение мяча с места на дальность. Метание мяча с разбега на дальность. Метание мяча в цель. Ошибки при выполнении метания мяча. Методика обучения. Техника безопасности.
9	Технике барьерного бега, методика обучения.	Техника преодоление барьера: атака; переход через планку; сход. Техника подбегания к барьеру. Методика обучения: обучение ритму, обучение старту и разгону. Обучение переходу через барьер. Ошибки при выполнении упражнения, методические указания при обучении.
10	Техника эстафетного бега, передачи эстафетной палочки снизу.	Изучение техники эстафетного бега, передачи эстафетной палочки снизу вверх; сверху в низ. Ошибки при выполнении упражнения, методические указания при обучении.
11	Совершенствование техники и развитие физических качеств	Совершенствование бега на 30 метров; 60 метров; 100 метров; 200 метров, 800 метров, 1000 метров. Прыжок в длину с разбега. Методики развития скоростных способностей, скоростно-силовых, выносливости.
12	Основы организации соревнований по легкой атлетике	Правила соревнований, особенности проведения занятий по видам легкой атлетики, функции судей в составе судейской бригады.

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контроли- руемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Основы техники легкоатлетических упражнений Техника спортивной ходьбы и методика обучения. Техника бега на короткие дистанции, методика преподавания. Техники низкого старта, методика обучения. Изучение техники бега на средние дистанции Техники прыжка в длину способом «согнув ноги», методика обучения Техники прыжка в высоту. Методика обучения. Техники метания мяча, методика обучения. Технике барьерного бега, методика обучения. Техника эстафетного бега, передачи эстафетной палочки снизу. Совершенствование техники и развитие физических качеств Основы организации	ОПК-3.2 ОПК-3.3 ОПК -7.1 ОПК -7.2 ОПК -7.3 ОПК -7.4 ОПК -6.1 ОПК -6.2	Ориентировочный этап - тестирование
		Деятельностный этап – контрольные нормативы, проведение фрагмента занятия
		Контрольно-корректировочный этап – устный зачет, экзамен

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контроли- руемой	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
соревнований по легкой атлетике		

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля

Конспекты учебных занятий

После каждого занятия студент составляет конспект. Критерии оценки конспекта – соответствие структуры и содержания, правильная запись упражнений и методических указаний (см. таблицу).

Критерии оценки качества плана-конспекта урока

Критерий	Качественное соответствие
Формулировка задач урока и планирование способов их решения	Сформулировано не менее трех задач, представлены задачи всех трех основных групп, сформулированные задачи в целом соответствуют возрастным особенностям занимающихся и учебной программе, подобранные средства и методы позволяют в целом или частично решить все поставленные задачи, наблюдается взаимосвязь между решением поставленных задач
Структура и содержание урока	В целом прослеживается динамика нагрузки в соответствии с поставленными задачами урока, соблюдены правила определения последовательности упражнений, длительность и содержание подготовительной и заключительной части соответствует задачам урока и возрастным особенностям занимающихся, позволяет решить частные задачи этих частей урока. Рассчитано время выполнения каждого задания, время каждой части и общая длительность урока. Предусмотрено сообщение задач, объяснение каждого задания, подведение итогов занятия, объяснение домашнего задания. Допускаются неточности в дозировке или порядке упражнений, методических указаниях – не противоречащие физиологическим особенностям занимающихся.
Терминология записи упражнений	В целом правильно использована терминология описания упражнений, команд, построений и перестроений. Допускаются ошибки (неточности) в описании исходных положений и основных движений, которые не искажают их смысл.
Планирование организации деятельности	В конспекте четко прописана деятельность занимающихся в каждом упражнении, указаны методы организации, в том числе способы разделения на группы,

занимающихся	индивидуальные задания. Предусмотрены варианты изменения деятельности в соответствии с возможными вариантами реакции занимающихся, способы оценки и взаимооценки деятельности занимающихся. Спланирована деятельность занимающихся по самоорганизации, взаимодействие с преподавателем и между учениками во время выполнения заданий. Допускаются неточности в определении способов дифференцирования и индивидуализации заданий.
Качество организационно-методических указаний	Организационно-методические указания кратко и информативно отражают особенности выполнения каждого задания, четко указывают способы обеспечения правильной техники движений или рационального способа выполнения задания, предусматривают способы предупреждения и исправления ошибок, способы индивидуализации дозировки или степени сложности упражнений. Допускаются ошибки и неточности в формулировках, не искажающие смысл действий занимающихся.

Тестирование

Тестирование. Проводится в автоматизированной форме в электронно-информационной образовательной среде БФУ им.И.Канта. Тестовые задания в закрытой форме при необходимости выбора единственного верного ответа имеют круглый селектор, при множественном выборе – квадратный. Используются также задания на сопоставление вариантов и в открытой форме с вводом короткого ответа (одним словом). Для получения оценки «зачтено» необходимо верно ответить не менее, чем на 60% тестовых заданий

Пример тестового задания

Сколько команд в низком старте? А) две
Б) три
В) четыре

Зона передачи эстафеты равняется... А) 15 м
Б) 20 м
В) 10 м

Сколько этапов в типовой схеме обучения технике бега? А) три
Б) пять В) семь

На какую ногу происходит приземление в прыжках в высоту с разбега способом «перешагивание»? А) маховую
Б) толчковую
В) на ту, на которую удобно

Формирование двигательных навыков по легкой атлетике делятся на: 1) овладение техникой бега, прыжков и метаний;
2) изучение техники бега, прыжков, метаний и спортивной ходьбы;

3) создание представления о движении и закрепление, совершенствование двигательных навыков; 4) создание представления о движении, изучение движения, закрепление и совершенствование двигательных навыков.

Сущность методов строго регламентированного упражнения заключается в том, что:

- 1) каждое упражнение направленно одновременно на совершенствование техники движения и на развитие физических способностей;
- 2) они являются связующим звеном между запроектированной целью и конечным результатом физического воспитания;
- 3) каждое упражнение выполняется в строго заданной форме и с точно обусловленной нагрузкой.

Цель обучения на этапе начального развития техники двигательного действия:

- 1) сформировать у ученика основы техники изучаемого движения и добиться его выполнения в общих чертах;
- 2) завершить формирование двигательного умения;
- 3) детализировано освоить и закрепить технику изучаемого двигательного действия;
- 4) достижение с меткости и стабильности выполнения фаз чистой техники изучаемого двигательного действия.

Прежде чем приступить к обучению кому-либо виду легкой атлетики, необходимо определить степень готовности занимающегося к его освоению. Степень готовности к обучению определяют 3 компонента:

- 1) физическая, координационная, психологическая;
- 2) общефизическая, кроссовая, психологическая;
- 3) мотивационная, физическая, координационная;
- 4) психологическая, общефизическая, кроссовая.

Какие 2 фазы относятся к периоду опоры:

- 1) фаза подъема общего центра массы тела (ОЦМТ);
- 2) амортизации;
- 3) отталкивания;
- 4) фаза снижения ОЦМТ.

Общие закономерности ходьбы и бега:

- 1) Циклические локомоторные движения;
- 2) Перекрестная структура движения руки и ног;
- 3) Траектория движения ОЦМТ (общего центра масс тела) по синусоидальной прямой с одновременным перемещением в боковой плоскости;
- 4) Постановка ноги на опору сзади проекции ОЦМТ;

Факторы, влияющие на результат в беге на средние и длинные дистанции: 1) уровень развития общей выполняемости

- 2) равномерность пробегания дистанции;
- 3) техника бега;
- 4) ускоренный темп пробегания в начале дистанции;
- 5) уровень максимального потребления кислорода.

Бег на короткие дистанции подразделяются на фазы:

- 1) старт, бег по дистанции, финиширование;
- 2) старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование;
- 3) стартовый разгон, бег по дистанции, финиш;
- 4) старт, стартовый разгон, бег с максимальной скоростью, финиширование.

Типичные ошибки при обучении технике бега на короткие дистанции по команде «Марш!»:

- 1) Резко и рано поднята голова.
- 2) Обе руки одновременно отведены назад на первом шаге.
- 3) Стопы развернуты носками наружу.
- 4) Низко нести руки к земле, подбородок опустить к груди.

Назовите классические виды эстафеты:

- 1) 4 x 100м
- 2) 4 x 200м
- 3) 4 x 400м
- 4) 4 x 800м

Контрольные нормативы

Контрольные нормативы выполняются на качество выполнения техники двигательного действия (прыжок в длину одним из способов на выбор студента, низкий старт, метание спортивного снаряда, спортивная ходьба, барьерный бег). Двигательное действие должно быть выполнено без существенных ошибок в основе техники, включая подготовительную, основную и заключительную фазы, допускаются ошибки в деталях.

Проведение фрагмента занятия

По заданию преподавателя студент готовит конспект и проводит фрагмент занятия в каждом семестре. Требования соответствуют предыдущей таблице.

№	Темы заданий	Рекомендации по подготовке
1	<u>Подготовительная часть.</u> - Составить и провести комплекс ОРУ на месте и в движении.	Ознакомившись с методической литературой подобрать упражнения и составить план-конспект. Провести на учебной группе.
2	<u>Подготовительная часть.</u> - составить и провести комплекс упражнений в парах, в кругу, с предметами,	Ознакомившись с методической литературой подобрать упражнения и составить план-конспект. Провести на учебной группе.
3	<u>Подготовительная часть.</u> Составить и провести комплекс упражнений для развития физических качеств.	Ознакомившись с методической литературой подобрать упражнения и составить план-конспект. Провести на учебной группе.
4	<u>Основная часть</u> Ознакомить с техникой одного из видов легкой атлетики	Ознакомившись с методической литературой подобрать упражнения и составить план-конспект с решением поставленной задачи. Провести на учебной группе.
5	<u>Основная часть.</u> Закрепить технику одного из видов легкой атлетики (на выбор)	Ознакомившись с методической литературой подобрать упражнения и составить план-конспект с решением поставленной задачи. Провести на учебной группе.
6	<u>Основная часть.</u> Совершенствовать технику одного из видов легкой атлетики (на выбор)	Ознакомившись с методической литературой подобрать упражнения и составить план-конспект с решением поставленной задачи. Провести на учебной группе.
7	<u>Заключительная часть.</u>	Ознакомившись с методической литературой подобрать дыхательные упражнения и упражнения на расслабление. Составить план-конспект. Провести на учебной группе.

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

Перечень вопросов к зачету:

1. Классификация видов легкой атлетики;
2. Образовательное, воспитательное, оздоровительное и прикладное значение занятий легкой атлетикой.
3. Основы техники ходьбы (характеристика циклов движений, зависимость скорости ходьбы и бега от частоты и длины шагов, понятие о ритме)
4. Основы техники бега (характеристика циклов движений, зависимость скорости ходьбы и бега от частоты и длины шагов, понятие о ритме)
5. Основы техники прыжков (разбег, подготовка к отталкиванию, механизм отталкивания, полетная фаза, приземление, углы отталкивания и вылета, роль маховых движений, компенсаторное движение).
6. Основы техники метаний (факторы влияющие на дальность полета снаряда, характеристика фаз легкоатлетических метаний).
7. Дидактические принципы в системе обучения двигательным действиям.
8. Принципы физического воспитания.
9. Методы обучения.
10. Метод целостного обучения двигательным действиям;
11. Метод расчлененного (по частям) обучения двигательным действиям;
12. Методика построения занятий;
13. Урок как основная форма проведения занятий по физической культуре в школе.
14. Основные характеристики урока по физической культуре.
15. Причины и профилактика травматизма;
16. Морфофункциональные особенности организма детей, подростков, юношей.
17. Возрастные особенности развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости и координации движений у детей, подростков, юношей).
18. Контрольные тесты для учета уровня развития физических качеств у детей, подростков, юношей.

Перечень вопросов к экзамену:

1. Образовательное, воспитательное, оздоровительное и прикладное значение занятий легкой атлетикой.
2. Дидактические принципы в системе обучения двигательным действиям.
3. Методы обучения (метод слова и его использования, метод обеспечения наглядности, метод непосредственной помощи преподавателя, методы практического выполнения упражнений, способы, приемы обучения спортивной технике, оценка правильности выполнения, исправление ошибок).
4. Методика построения занятий (основная педагогическая направленность занятий, нагрузка в занятии, типы и организация занятий).
Планирование и содержание раздела «Легкая атлетика» в школьной программе.
5. Характер и календарь соревнований, положение о соревнованиях по легкой атлетике.
6. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике.
7. Беговая бригада на соревнованиях по легкой атлетике (ее состав и обязанности).

8. Судейская коллегия на соревнованиях по легкой атлетике (ее состав и обязанности).
9. Организационные и методические принципы работы учителя физической культуры по легкой атлетике.
10. Организация внеклассной работы по легкой атлетике в школе.
11. Построение урока по легкой атлетике в школе.
12. Основные этапы развития легкой атлетики в России.
13. Классификация легкоатлетических упражнений.
14. Значение легкой атлетики в системе физического воспитания (оздоровительное, прикладное, спортивное).
15. Методика обучения технике спортивной ходьбы.
16. Методика обучения технике бега на средние и длинные дистанции.
17. Методика обучения технике бега на короткие дистанции.
18. Методика обучения технике эстафетного бега.
19. Методика обучения технике прыжков с места.
20. Методика обучения технике барьерного бега (на примере 110 м.с/б или 100 м с/б) Методика обучения технике прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание»
21. Методика обучения технике прыжка в высоту с разбега способами «перекидной» и «фосбери- флоп» и их отличия.
22. Методика обучения технике метания малого мяча с разбега.
23. Методика обучения технике прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги».
24. Основные правила при обучении технике легкоатлетических метаний.
25. Методические приемы обучения в легкой атлетике.
26. Применение принципов обучения в легкой атлетике.
27. Характеристика конспекта урока по легкой атлетике в средней школе.
28. Специальные упражнения при обучении и тренировке легкоатлетов.
29. Основы техники спортивной ходьбы.
30. Основы техник бега.
31. Основы техники прыжков.
32. Основы техники метаний.
33. Техника бега на короткие дистанции, правила старта и финиша в беге.
34. Техника бега на средние и длинные дистанции, правила соревнований по бегу.
35. Техника барьерного бега (110 м и 100 м с/б) и правила соревнований по барьерному бегу.
36. Техника эстафетного бега (4 x 100 м.) и правила соревнований в эстафетном беге.
37. Техника прыжков в высоту с разбега и правила соревнований по прыжкам в высоту.
38. Техника прыжков в длину с разбега и правила соревнований по прыжкам в длину.
39. Техника метания малого мяча с разбега и правила соревнований по метанию малого мяча.
40. Факторы, влияющие на дальность полета снаряда в метаниях.
41. Характеристика фаз в прыжках.
42. Характеристика фазы отталкивания в ходьбе, беге и прыжках.
43. Сходства и различия между техникой ходьбы и бега.
44. Техника и правила соревнований в спортивной ходьбе.

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степенью самостоятельности и инициативы	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо		71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно		55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

Морозов, В. О. Легкая атлетика: техника и методика тренировки : учебное пособие / В. О. Морозов ; науч. ред. А. В. Кирьякова. - 2-е изд., стер. - Москва : ФЛИНТА, 2020. - 119 с. - ISBN 978-5-9765-4425-3. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1839538>

Дополнительная литература

Врублевский, Е. П. Легкая атлетика. Основы знаний в вопросах и ответах: учеб. пособие для вузов/ Е. П. Врублевский. - 2-е изд., испр. и доп.. - Москва: Спорт, 2016. - 238, [1] с.: ил., табл.. - Вариант загл.: Основы знаний в вопросах и ответах. - Библиогр.: с. 210. Имеются экземпляры в отделах: ч.з.№6(1)

Жилкин, А. И. Теория и методика легкой атлетики [Электронный ресурс]: учеб. для вузов/ А. И. Жилкин, В. С. Кузьмин, Е. В. Сидорчук. - 7-е изд., испр.. - Москва: Академия, 2013. - 1 эл. опт. диск (CD-ROM), 463, [1] с.. - (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат). - Библиогр.: с.460-461.

- Лицензия до 31.12.2020 г. Имеются экземпляры в отделах: ЭБС Кантиана(1), ч.з.N1(1)

Сидорова, Е. Н. Специальные упражнения для обучения видам легкой атлетики: Учебное пособие / Сидорова Е.Н., Николаева О.О. - Краснояр.:СФУ, 2016. - 148 с.: ISBN 978-5-7638-3400-0. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/967799> Имеются экземпляры в отделах: ЭБС «Znanium» (1).

Теория и методика обучения базовым видам спорта. Легкая атлетика: учеб. для высш. проф. образования/ [Г. В. Грецов [и др.] ; под ред.: Г. В. Грецова и А. Б. Янковского. - 4-е изд., стер.. - Москва: Академия, 2017. - 287, [1] с.: ил., табл.. - (Высшее образование. Физическая культура и спорт). - (Бакалавриат). - Вар. загл.: Легкая атлетика. - Библиогр.: с. 284-286. Имеются экземпляры в отделах: ч.з.N6(1)

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- НЭБ Национальная электронная библиотека
- eLIBRARY.RU
- ЭБС Консультант студента
- ООО «Проспект»
- ЭБС ZNANIUM.COM
- ЭБС «Айбукс»
- ЭБС РКИ
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов ПО, соответствующее стандартным учебным задачам.

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

Для проведения занятий лекционного типа, лабораторных занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения лабораторных работ (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

4.4. Рабочая программа дисциплины «Плавание с методикой преподавания»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Плавание с методикой преподавания»	125
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	125
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	126
4. Виды учебной работы по дисциплине	126
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам	126
6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине	128
7. Методические рекомендации по видам занятий	132
8. Фонд оценочных средств	133
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	133
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	133
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	135
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	136
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	137
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	137
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	138
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	138

1. Наименование дисциплины: «Плавание с методикой преподавания».

Цель дисциплины – подготовка студентов к использованию средств плавания в физкультурно-спортивной и образовательной деятельности.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ОПК-3	ОПК-3.1 Выбирает виды физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с ФГОС в области образования. ОПК-3.2 Проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств и методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. ОПК-3.3 Анализирует эффективность технологий обучения двигательным действиям и физической подготовки обучающихся.	Знать: организационные основы проведения учебных занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств плавания, структуру техники спортивных стилей плавания, средства, методы и методические приемы обучения плаванию Уметь: выполнять качественный показ техники плавания, проводить занятия по плаванию, использовать их как средства и методы физической подготовки, обучать технике плавания Владеть: методикой проведения занятий по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке обучающихся с использованием средств плавания
ОПК-7. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного, образовательного процессов и соревновательной деятельности, в том числе с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности,	ОПК-7.1 Выявляет актуальные методы измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся. ОПК-7.2 Использует результаты контроля в корректировке планов учебной и тренировочной работы. ОПК-7.3 Выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов для профилактики травматизма ОПК-7.4 Анализирует причины возникновения травматизма и заболеваний	Знать: основы техники безопасности на занятиях по плаванию, основные причины травматизма и способы их предупреждения Уметь: реализовывать правила техники безопасности в организации и проведении занятий по плаванию, предупреждать типичные ошибки в технике упражнений Владеть: способами безопасного построения упражнений и занятий по плаванию, способами предупреждения травматизма при выполнении упражнений

психического состояния занимающихся	при занятиях физической культурой и спортом, осуществляет профилактические мероприятия.	
ОПК-6. Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по базовым видам спорта	ОПК-6.1 Организует и проводит соревнования по избранному виду спорта.	Знать: основные правила соревнований по плаванию, основы методики организации и проведения массовых соревнований по базовым видам спорта Уметь: применять технику судейства массовых соревнований по плаванию Владеть: основными функциями судей в проведении массовых соревнований по плаванию

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина входит в блок дисциплин обязательной части основной образовательной программы.

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и лабораторных занятиях (семинарского типа, в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
	Тема 1. Техника спортивных способов плавания	Биомеханические основы техники плавания. Общие положения к рациональной техники плавания: положение тела пловца в воде и движение ногами, движения руками, фазовый состав и общее согласование движений. Средства для освоения техники работы ног используемые на суше. Средства для освоения техники работы рук, ног используемые на воде. Техника плавания кролем на груди: положение тела и движение ногами, движение руками и дыхание, общее согласование движений. Техника плавания кролем на спине. Техника плавания способом брасс. Техника выполнения стартов. Техника выполнения

		поворотов.
	Тема 2. Методика обучения спортивным способам плавания.	Методика обучения: плавание кролем на груди, кролем на спине, способом брасс. Имитационные упражнения на суше. Упражнения в воде с неподвижной опорой. Упражнения в воде с подвижной опорой. Упражнения в воде без опоры. Упражнения для изучения согласования движений ногами и дыхания. Упражнения для изучения движений руками. Упражнения для изучения движений руками и дыхания. Упражнения для изучения общего согласования движений. Проведение студентами на учебной группе заданий преподавателя.
	Тема 3. Совершенствование техники спортивного плавания	Совершенствование техники спортивного плавания. Упражнения для совершенствования техники плавания кролем на спине, кролем на груди, способом брасс. Упражнения, направленные на совершенствование техники стартов и поворотов. Методика повышение функциональных возможностей организма обучающихся. Упражнения направленные на развитие выносливости средствами плавания. Упражнения направленные на развитие силы средствами плавания. Средства направленные на развитие скоростных способностей. Методы организации физических упражнений, упражнения организованные равномерным/переменным методом. Упражнения с использованием вспомогательных средств.
	Тема 4. Плавание в системе физического воспитания.	Упражнения, направленные на освоение обучающегося с водой. Подвижные игры при обучении плаванию. Занятия плаванием с детьми дошкольного возраста. Способы поддержки ребенка. Скольжение на спине. Погружение в воду с головой. Скольжение на груди с поддержкой. Упражнения на выдохи в воду, скольжение и т.д. Методика обучения. Плавание в общеобразовательной школе. Проведение студентами на учебной группе заданий преподавателя в зависимости от возраста ребенка (дошкольники, школьники).
	Тема 5. Основы прикладных способов плавания	Техника способа брасс на спине. Положение тела и движение ногами. Движение руками и движения ногами. Движение руками и дыхание. Техника способа плавания на боку. Техника ныряния. Способы погружения при нырянии в длину и глубину. Техника погружения вниз ногами. Техника погружения вниз головой. Ныряние способом брасс. Комбинированные способы ныряния. Приемы освобождения от захватов тонущего. Приемы транспортировки тонущего.
	Тема 6. Методика обучения прикладным способам	Упражнения для изучения согласования движения рук и дыхания: имитационные упражнения, упражнения в воде с

	плавания.	подвижной опорой, упражнения в воде без опоры. Упражнения для общего согласования движений. Методика обучения нырянию: упражнения для изучения задержки дыхания; упражнения для изучения погружения в воду, упражнения для изучения техники способов ныряния. Совершенствование способов освобождения от захватов, способов транспортировки тонущего. Игры с элементами прикладного плавания.
	Тема 7. Организация и проведение соревнований по плаванию. Организация водных праздников.	Подготовка и проведение соревнований по плаванию. Подготовка и проведение водных праздников. Проведение соревнований на учебной группе. Проведение водного праздника на учебной группе в составе группы (не более 5 человек).

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика учебных занятий *лекционного* типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	Тема 1. Техника спортивных способов плавания	Биомеханические основы техники плавания. Общие положения к рациональной техники плавания: положение тела пловца в воде и движение ногами, движения руками, фазовый состав и общее согласование движений. Средства для освоения техники работы ног используемые на суши. Средства для освоения техники работы рук, ног используемые на воде. Техника плавания кролем на груди: положение тела и движение ногами, движение руками и дыхание, общее согласование движений. Техника плавания кролем на спине. Техника плавания способом брасс. Техника выполнения стартов. Техника выполнения поворотов.
2	Тема 2. Методика обучения спортивным способам плавания.	Методика обучения: плавание кролем на груди, кролем на спине, способом брасс. Имитационные упражнения на суше. Упражнения в воде с неподвижной опорой. Упражнения в воде с подвижной опорой. Упражнения в воде без опоры. Упражнения для изучения согласования движений ногами и дыхания. Упражнения для изучения движений руками. Упражнения для изучения движений руками и дыхания. Упражнения для изучения общего согласования движений. Проведение студентами на учебной группе заданий преподавателя.
3	Тема 3. Совершенствование техники спортивного плавания	Совершенствование техники спортивного плавания. Упражнения для совершенствования техники плавания кролем на спине, кролем на груди, способом брасс. Упражнения, направленные на совершенствование техники стартов и поворотов. Методика повышение

		функциональных возможностей организма обучающихся. Упражнения направленные на развитие выносливости средствами плавания. Упражнения направленные на развитие силы средствами плавания. Средства направленные на развитие скоростных способностей. Методы организации физических упражнений, упражнения организованные равномерным/переменным методом. Упражнения с использованием вспомогательных средств.
4	Тема 4. Плавание в системе физического воспитания.	Упражнения, направленные на освоение обучающегося с водой. Подвижные игры при обучении плаванию. Занятия плаванием с детьми дошкольного возраста. Способы поддержки ребенка. Скольжение на спине. Погружение в воду с головой. Скольжение на груди с поддержкой. Упражнения на выдохе в воду, скольжение и т.д. Методика обучения. Плавание в общеобразовательной школе. Проведение студентами на учебной группе заданий преподавателя в зависимости от возраста ребенка (дошкольники, школьники).
5	Тема 5. Основы прикладных способов плавания	Техника способа брасс на спине. Положение тела и движение ногами. Движение руками и движения ногами. Движение руками и дыхание. Техника способа плавания на боку. Техника ныряния. Способы погружения при нырянии в длину и глубину. Техника погружения вниз ногами. Техника погружения вниз головой. Ныряние способом брасс. Комбинированные способы ныряния. Приемы освобождения от захватов тонущего. Приемы транспортировки тонущего.
6	Тема 6. Методика обучения прикладным способам плавания.	Упражнения для изучения согласования движения рук и дыхания: имитационные упражнения, упражнения в воде с подвижной опорой, упражнения в воде без опоры. Упражнения для общего согласования движений. Методика обучения нырянию: упражнения для изучения задержки дыхания; упражнения для изучения погружения в воду, упражнения для изучения техники способов ныряния. Совершенствование способов освобождения от захватов, способов транспортировки тонущего. Игры с элементами прикладного плавания.
7	Тема 7. Организация и проведение соревнований по плаванию. Организация водных праздников.	Подготовка и проведение соревнований по плаванию. Подготовка и проведение водных праздников. Проведение соревнований на учебной группе. Проведение водного праздника на учебной группе в составе группы (не более 5 человек).

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Содержание темы занятия
1	Тема 1. Техника спортивных	Биомеханические основы техники плавания. Общие

	способов плавания	положения к рациональной техники плавания: положение тела пловца в воде и движение ногами, движения руками, фазовый состав и общее согласование движений. Средства для освоения техники работы ног используемые на суши. Средства для освоения техники работы рук, ног используемые на воде. Техника плавания кролем на груди: положение тела и движение ногами, движение руками и дыхание, общее согласование движений. Техника плавания кролем на спине. Техника плавания способом брасс. Техника выполнения стартов. Техника выполнения поворотов.
2	Тема 2. Методика обучения спортивным способам плавания.	Методика обучения: плавание кролем на груди, кролем на спине, способом брасс. Имитационные упражнения на суше. Упражнения в воде с неподвижной опорой. Упражнения в воде с подвижной опорой. Упражнения в воде без опоры. Упражнения для изучения согласования движений ногами и дыхания. Упражнения для изучения движений руками. Упражнения для изучения общего согласования движений. Проведение студентами на учебной группе заданий преподавателя.
3	Тема 3. Совершенствование техники спортивного плавания	Совершенствование техники спортивного плавания. Упражнения для совершенствования техники плавания кролем на спине, кролем на груди, способом брасс. Упражнения, направленные на совершенствование техники стартов и поворотов. Методика повышение функциональных возможностей организма обучающихся. Упражнения направленные на развитие выносливости средствами плавания. Упражнения направленные на развитие силы средствами плавания. Средства направленные на развитие скоростных способностей. Методы организации физических упражнений, упражнения организованные равномерным/переменным методом. Упражнения с использованием вспомогательных средств.
4	Тема 4. Плавание в системе физического воспитания.	Упражнения, направленные на освоение обучающегося с водой. Подвижные игры при обучении плаванию. Занятия плаванием с детьми дошкольного возраста. Способы поддержки ребенка. Скольжение на спине. Погружение в воду с головой. Скольжение на груди с поддержкой. Упражнения на выдох в воду, скольжение и т.д. Методика обучения. Плавание в общеобразовательной школе. Проведение студентами на учебной группе заданий преподавателя в зависимости от возраста ребенка (дошкольники, школьники).
5	Тема 5. Основы прикладных способов плавания	Техника способа брасс на спине. Положение тела и движение ногами. Движение руками и движения ногами. Движение руками и дыхание. Техника способа плавания на боку. Техника ныряния. Способы погружения при нырянии в длину и глубину. Техника погружения вниз ногами. Техника погружения вниз головой. Ныряние способом брасс. Комбинированные способы ныряния. Приемы освобождения от захватов тонущего. Приемы

		транспортировки тонущего.
6	Тема 6. Методика обучения прикладным способам плавания.	Упражнения для изучения согласования движения рук и дыхания: имитационные упражнения, упражнения в воде с подвижной опорой, упражнения в воде без опоры. Упражнения для общего согласования движений. Методика обучения нырянию: упражнения для изучения задержки дыхания; упражнения для изучения погружения в воду, упражнения для изучения техники способов ныряния. Совершенствование способов освобождения от захватов, способов транспортировки тонущего. Игры с элементами прикладного плавания.
7	Тема 7. Организация и проведение соревнований по плаванию. Организация водных праздников.	Подготовка и проведение соревнований по плаванию. Подготовка и проведение водных праздников. Проведение соревнований на учебной группе. Проведение водного праздника на учебной группе в составе группы (не более 5 человек).

Тематика самостоятельной работы студентов

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Тематика самостоятельных работ
1	Тема 1. Техника спортивных способов плавания	Биомеханические основы техники плавания. Общие положения к рациональной технике плавания: положение тела пловца в воде и движение ногами, движения руками, фазовый состав и общее согласование движений. Средства для освоения техники работы ног используемые на суши. Средства для освоения техники работы рук, ног используемые на воде. Техника плавания кролем на груди: положение тела и движение ногами, движение руками и дыхание, общее согласование движений. Техника плавания кролем на спине. Техника плавания способом брасс. Техника выполнения стартов. Техника выполнения поворотов.
2	Тема 2. Методика обучения спортивным способам плавания.	Методика обучения: плавание кролем на груди, кролем на спине, способом брасс. Имитационные упражнения на суше. Упражнения в воде с неподвижной опорой. Упражнения в воде с подвижной опорой. Упражнения в воде без опоры. Упражнения для изучения согласования движений ногами и дыхания. Упражнения для изучения движений руками. Упражнения для изучения общего согласования движений. Проведение студентами на учебной группе заданий преподавателя.
3	Тема 3. Совершенствование техники спортивного плавания	Совершенствование техники спортивного плавания. Упражнения для совершенствования техники плавания кролем на спине, кролем на груди, способом брасс. Упражнения, направленные на совершенствование техники стартов и поворотов. Методика повышение функциональных возможностей организма обучающихся. Упражнения направленные на развитие выносливости средствами плавания. Упражнения направленные на развитие силы средствами плавания.

		Средства направленные на развитие скоростных способностей. Методы организации физических упражнений, упражнения организованные равномерным/переменным методом. Упражнения с использованием вспомогательных средств.
4	Тема 4. Плавание в системе физического воспитания.	Упражнения, направленные на освоение обучающегося с водой. Подвижные игры при обучении плаванию. Занятия плаванием с детьми дошкольного возраста. Способы поддержки ребенка. Скольжение на спине. Погружение в воду с головой. Скольжение на груди с поддержкой. Упражнения на выдохи в воду, скольжение и т.д. Методика обучения. Плавание в общеобразовательной школе. Проведение студентами на учебной группе заданий преподавателя в зависимости от возраста ребенка (дошкольники, школьники).
5	Тема 5. Основы прикладных способов плавания	Техника способа брасс на спине. Положение тела и движение ногами. Движение руками и движения ногами. Движение руками и дыхание. Техника способа плавания на боку. Техника ныряния. Способы погружения при нырянии в длину и глубину. Техника погружения вниз ногами. Техника погружения вниз головой. Ныряние способом брасс. Комбинированные способы ныряния. Приемы освобождения от захватов тонущего. Приемы транспортировки тонущего.
6	Тема 6. Методика обучения прикладным способам плавания.	Упражнения для изучения согласования движения рук и дыхания: имитационные упражнения, упражнения в воде с подвижной опорой, упражнения в воде без опоры. Упражнения для общего согласования движений. Методика обучения нырянию: упражнения для изучения задержки дыхания; упражнения для изучения погружения в воду, упражнения для изучения техники способов ныряния. Совершенствование способов освобождения от захватов, способов транспортировки тонущего. Игры с элементами прикладного плавания.
7	Тема 7. Организация и проведение соревнований по плаванию. Организация водных праздников.	Подготовка и проведение соревнований по плаванию. Подготовка и проведение водных праздников. Проведение соревнований на учебной группе. Проведение водного праздника на учебной группе в составе группы (не более 5 человек).

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал

прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретных ситуаций из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
Темы 1-7	ОПК-3 ОПК-7 ОПК-6	Ориентировочный этап - тестирование
		Деятельностный этап – письменная работа, практические нормативы по технической подготовленности
		Контрольно-корректировочный этап – проведение фрагмента занятия

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля

Тестирование

Примеры тестовых заданий:

Как называются упражнения, выполняемые на суше и повторяющие движения, выполняемые в воде?

Общеразвивающие

Имитационные

Вспомогательные

Подводящие

Способы и приемы работы педагога, применение которых обеспечивает быстрое и качественное решение поставленных задач называются обучения

Какие упражнения позволяют устранить чувство страха при обучении старта с тумбочки?

Игровые упражнения

Учебные прыжки в воду

Скольжения

Упражнения для ознакомления с водой

Теоретические упражнения

Конспекты занятий

Самостоятельно выполнить работу: составить конспект проведения занятия с правильно подобранными упражнениями и методическими указаниями.

Контрольные нормативы

Контрольные нормативы выполняются в плавательном бассейне.

Перечень упражнений:

проплывание на оценку способом кроль на груди, спине дистанции 100 метров (техника старта, поворота, техника данного способа плавания) без учета времени;

проплывание избранным способом 100 метров с учетом времени;

проплывание избранным спортивным способом 12-ти минутного теста;

проплывание дистанции 100 метров комплексным плаванием без учета времени;

проплывание прикладным способом на боку на технику дистанции 25 метров;

транспортировка утопающего одним из прикладных способов плавания.

Судейство соревнований

Составить Положение о соревнованиях и сценарий водного праздника. Учитывается участие в организации и судействе двух соревнований и одном празднике на воде.

Реферат

Реферат выполняется по стандартным требованиям. Примерные темы:

Оздоровительное значение плавание для различных возрастных групп.

Значение и место плавания в системе физического воспитания.

Плавание как средство закаливания.

История развития плавания (как научной дисциплины).

История развития плавания (как вида спорта).

История развития плавания (вопросов обучения плаванию).

Достижения российских пловцов.

Яркие личности современного плавания.

Особенности организации занятий по плаванию с учащимися общеобразовательных школ.

Использование средств плавания в физическом воспитании дошкольника.

Лечебное плавание при нарушениях осанки и сколиозах

Лечебное плавание при заболеваниях дыхательной системы

Особенности использования плавания в летней оздоровительной компании.

Организация занятий по плаванию на естественных водоемах.

Зимние виды плавания.

Характеристика физических качеств пловца.

Характеристика видов спортивной подготовки пловца.

История развития спортивных способов плавания.

Планирование работы по плаванию в условиях оздоровительного лагеря.

Первая помощь при утоплении. Виды утопления.

Игры и развлечения на воде (требования, основные группы, правила проведения игр).
Прикладное плавание.

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

Вопросы к зачету:

Развитие плавания в дореволюционной России.
Развитие плавания в Советский довоенный период.
Развитие плавания в период после отечественной войны до наших дней.
Классификация плавания. Плавательные виды спорта в международной любительской федерации плавания.
Понятие о технике плавания.
Статическое плавание. Понятие о плавучести.
Анализ сил, тормозящих продвижение тела пловца.
Общие требования к технике плавания.
Влияние анатомического строения тела человека на технику плавания.
Урок по плаванию. Краткая характеристика частей урока.
Значение плавания в физическом воспитании подрастающего поколения.
Массовая учебно-воспитательная работа с детьми как главное условие развития спортивного плавания.
Классификация, общая характеристика, значение прикладного плавания.
Особенности проведения занятий по плаванию с детьми различного возраста.
Основные задачи и этапы обучения плаванию. Общая схема обучения.
Методы и методические приемы обучения плаванию.
Основные системы обучения спортивным способам плавания.
Основные средства обучения плаванию (краткая характеристика каждой группы).
Значение автоматизированных движений при плавании: темп, ритм движений, шаг пловца.
Анализ техники и методика обучения поворота «маятник».
Упражнения для изучения техники спортивным способам плавания.
Общеразвивающие и специальные физические упражнения как одно из основных средств обучения плаванию.
Принципы комплектования учебных групп.
Анализ техники и методика обучения старта с тумбочки.
Анализ техники и методика обучения старта из воды.
Методика обучения технике движения ног и дыхания в плавании кролем на груди на спине.
Методика обучения технике движения рук и дыхания в плавании кролем на груди
Методика обучения технике согласованности движения рук, ног и дыхания в плавании кролем на груди, на спине.
Игры и развлечения на воде (требования, основные группы, правила проведения игр).
Подготовительные упражнения для освоения с водой (значение, основные требования и их выполнение).
Классификация и общая характеристика бассейнов.
Анализ техники и методика обучения плавания кролем на груди.
Анализ техники и методика обучения кролю на спине.
Анализ техники и методика обучения плаванию дельфином.
Анализ техники и методика обучения плаванию брассом.
Значение учебных прыжков в воду. Методика обучения прыжкам в воду.
Цели и задачи спортивной тренировки.
Содержание тренировки. Понятие о спортивной форме.
Методы спортивной тренировки в плавании.
Общая физическая подготовка пловца.

Специальная подготовка пловца на суше, в воде.

Тактическая подготовка пловца.

Особенности развития силы, выносливости, быстроты, гибкости пловца.

Вопросы к экзамену:

Плавание в программе физического воспитания дошкольных образовательных учреждений.

Плавание в программе физического воспитания средней общеобразовательной школы.

Организация и проведение уроков по плаванию в школе.

Плавание в системе физического воспитания.

Организация и проведение занятий по плаванию в пионерских лагерях.

Правила соревнований по плаванию.

Организация и проведение соревнований по плаванию.

Организация спасательной службы. Спасение тонущих.

Спасательные средства и их использование.

Методика и приемы спасения вплавь (схема последовательности при спасении тонущих).

Техника и методика обучения прикладным способам плавания (плавание на боку, на спине, ноги брасс, ныряние в длину, глубину).

Первая помощь при утоплении. Виды утопления.

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100
Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степенью самостоятельности и инициативы	<i>Включает нижестоящий уровень.</i> Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо		71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно		55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

1. Плавание: учебник / Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Попов [и др.] ; под общ. ред. Н. Ж. Булгаковой. — Москва : ИНФРА-М, 2022. — 290 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI 10.12737/19706. - ISBN 978-5-16-011850-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1850501>
2. Плавание. Кроль на груди: учебное пособие / М. В. Зуева, С. Н. Герасимов, А. К. Зырянова, П. Б. Гречанов. - Новосибирск : Изд-во НГТУ, 2020. - 86 с. - ISBN 978-5-7782-4123-7. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1866291>

Дополнительная литература

3. Петрова, Н. Л. Плавание. Начальное обучение с видеокурсом / Нина Петрова, Владимир Баранов. - Москва: Человек, 2013. - 147 с.: ил. + 1 эл. опт. диск (CD-DV). - Библиогр.: с. 144 (27 назв.). Приложение: Плавание. Видеокурс. - Москва, 2013 (CD-DV) Имеются экземпляры в отделах: ч.з.№6(1)
4. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание: учеб. для учреждений высш. проф. образования/ [А. А. Литвинов [и др.] ; под ред. А. А. Литвинова. - 3-е изд., стер.. - Москва: Академия, 2014. - 267, [1] с.: ил.. - (Высшее образование. Физическая культура и спорт). - (Бакалавриат). - Вариант загл.: Плавание. - Библиогр.: с. 263-264. Имеются экземпляры в отделах: ч.з.№6(1)

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- НЭБ Национальная электронная библиотека
- eLIBRARY.RU
- ЭБС Консультант студента
- ООО «Проспект»
- ЭБС ZNANIUM.COM
- ЭБС «Айбукс»
- ЭБС РКИ
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;

- установленное на рабочих местах студентов ПО, соответствующее стандартным учебным задачам.

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

Для проведения занятий лекционного типа, лабораторных занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения лабораторных работ (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

4.11. Рабочая программа дисциплины «Спортивно-оздоровительный туризм»

Содержание

1. Наименование дисциплины «Спортивно-оздоровительный туризм»	140
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	140
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	140
4. Виды учебной работы по дисциплине	140
5. Содержание дисциплины, в том числе практической подготовки в рамках дисциплины, структурированное по темам	141
6. Перечень учебно-методического обеспечения для контактной работы обучающихся по дисциплине	142
7. Методические рекомендации по видам занятий	142
8. Фонд оценочных средств	143
8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины	143
8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля	143
8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине	145
8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания	146
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	147
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	147
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.	147
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	147

1. Наименование дисциплины: «Спортивно-оздоровительный туризм».

Цель дисциплины – овладение студентами системой научно-практических знаний в рассматриваемой области и подготовка к применению в будущей профессиональной деятельности средств спортивно-оздоровительного туризма

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенции	Результаты освоения образовательной программы (ИДК)	Результаты обучения по дисциплине
ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	ОПК-3.1 Выбирает виды физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с ФГОС в области образования. ОПК-3.2 Проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств и методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. ОПК-3.3 Анализирует эффективность технологий обучения двигательным действиям и физической подготовки обучающихся.	Знать: технику и тактику спортивно-оздоровительного туризма на примере пешеходного туризма Уметь: выбирать средства спортивно-оздоровительного туризма для решения задач двигательного и когнитивного обучения, физической подготовки занимающихся Владеть: технологиями планирования и реализации учебных и тренировочных занятий по физической культуре и спорту с использованием средств спортивно-оздоровительного туризма
ОПК-7. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного, образовательного процессов и соревновательной деятельности, в том числе с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	ОПК-7.3 Выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов для профилактики травматизма ОПК-7.4 Анализирует причины возникновения травматизма и заболеваний при занятиях физической культурой и спортом, осуществляет профилактические мероприятия.	Знать: правила поведения и технику безопасности в пешеходном походе, способы профилактики травматизма и заболеваний, значение профилактических мероприятий Уметь: определять риски и угрозы травматизма в зависимости от внутренних и внешних факторов Владеть: способами обеспечения безопасности в пешеходном походе

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина входит в обязательную часть учебного плана подготовки бакалавров физической культуры.

4. Виды учебной работы по дисциплине.

Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы и реализуются на лекционных и практических занятиях (семинарского типа, в том числе в виде групповой работы по проектированию занятий для профессионально-прикладной физической подготовки специалистов разных профилей). Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно-образовательной среды университета с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	<i>Туризм как вид двигательной активности обучающихся в системе общего и дополнительного образования</i>	Место туризма в системе физического воспитания. Структура и функции спортивно-оздоровительного туризма. Классификация видов туризма. Развитие физических и личностных качеств обучающихся с помощью туризма. Основы безопасности в туризме.
2	<i>Техника и тактика пешеходного туризма</i>	Организация и проведение туристического пешеходного похода. Основные этапы разработки маршрута. Требования к разработке туристических маршрутов (поход выходного дня – категоричные походы). Определение целей и задач похода. Движение по маршруту. Режим дня в походе. Требования к рациону питания. Распределение обязанностей в туристской группе. Организация ночлега в походе. Способы преодоления естественных и искусственных препятствий на туристском маршруте. Туристское снаряжение и экипировка. Организация деятельности лагеря. Организация движения группы по маршруту. Обеспечение безопасности в походе, гигиенический контроль, профилактика травматизма.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Рекомендуемая тематика учебных занятий *лекционного* типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины/ модуля	Основные понятия (категории) и проблемы, рассматриваемые в теме
1	<i>Туризм как вид двигательной активности обучающихся в системе общего и дополнительного образования</i>	Место туризма в системе физического воспитания. Структура и функции спортивно-оздоровительного туризма. Классификация видов туризма. Развитие физических и личностных качеств обучающихся с помощью туризма. Основы безопасности в туризме.
2	<i>Техника и тактика пешеходного туризма</i>	Организация и проведение туристического пешеходного похода. Основные этапы разработки маршрута. Требования к разработке туристических маршрутов (поход выходного дня – категоричные походы). Определение целей и задач похода. Движение по маршруту. Режим дня в походе. Требования к рациону питания. Распределение обязанностей в туристской группе. Организация ночлега в походе. Способы преодоления естественных и искусственных препятствий на туристском маршруте. Туристское снаряжение и экипировка. Организация деятельности лагеря. Организация движения группы по маршруту. Обеспечение безопасности в походе, гигиенический контроль, профилактика травматизма.

Рекомендуемая тематика *практических* занятий:

Учебно-тренировочный поход со студентами. Километраж – 90 км. 5 ходовых дней:

Смета расходов на проведение похода. Список снаряжения. Разработка и составление меню на один походный день. Разработка маршрута.

Техника безопасности в походе:

Основные требования техники безопасности во время движения по лесу. Основные требования техники безопасности во время движения по автомобильной дороге. Основные требования техники безопасности во время купания в походе.

Требования к самостоятельной работе студентов

Тематика самостоятельной работы:

Место туризма в системе физического воспитания. Организация и проведение туристического пешеходного похода. Основные этапы разработки маршрута Требования к разработке туристических маршрутов (поход выходного дня – категоричные походы). Определение целей и задач похода. Движение по маршруту. Режим дня в походе. Требования к рациону питания. Распределение обязанностей в туристской группе. Организация ночлега в походе. Способы преодоления естественных и искусственных препятствий на туристском маршруте. Туристское снаряжение и экипировка. Организация деятельности лагеря. Организация движения группы по маршруту. Обеспечение безопасности в походе, гигиенический контроль, профилактика травматизма.

7. Методические рекомендации по видам занятий

Лекционные занятия.

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Практические и семинарские занятия.

На практических и семинарских занятиях в зависимости от темы занятия выполняется поиск информации по решению проблем, практические упражнения, контрольные работы, выработка индивидуальных или групповых решений, итоговое обсуждение с обменом знаниями, участие в круглых столах, разбор конкретных ситуаций, командная работа, представление портфолио и т.п.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа осуществляется в виде изучения литературы, эмпирических данных по публикациям и конкретным ситуациям из практики, подготовке индивидуальных работ, работа с лекционным материалом, самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины; поиск и обзор литературы и электронных источников; чтение и изучение учебника и учебных пособий.

8. Фонд оценочных средств

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении обучающимися дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми компетенциями. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине
<i>Туризм как вид двигательной активности обучающихся в системе общего и дополнительного образования</i> <i>Техника и тактика пешеходного туризма</i>	ОПК-3.1. ОПК-3.2. ОПК-3.3. ОПК-7.1. ОПК-7.2.	Ориентировочный этап – устный опрос, тестирование
		Деятельностный этап – проектирование деятельности группы по организации и проведению пешеходного похода
		Контрольно-корректировочный этап – выполнение функций участника

Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индекс контроли- руемой	Оценочные средства по этапам формирования компетенций
		текущий контроль по дисциплине пешеходного туристического похода

8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля

1. Опрос

Примерный перечень вопросов для обсуждения:

- Место туризма в системе физического воспитания.
- Организация и проведение туристического пешеходного похода.
- Основные этапы разработки маршрута
- Требования к разработке туристических маршрутов (поход выходного дня – категоричные походы).
- Определение целей и задач похода.
- Движение по маршруту.
- Режим дня в походе.
- Требования к рациону питания.
- Распределение обязанностей в туристской группе.
- Организация ночлега в походе.
- Способы преодоления естественных и искусственных препятствий на туристском маршруте.
- Туристское снаряжение и экипировка.
- Организация деятельности лагеря.
- Организация движения группы по маршруту.
- Обеспечение безопасности в походе, гигиенический контроль, профилактика травматизма.

2. Тестирование

Тестирование проводится автоматизированно, в электронно-информационной среде БФУ им.И.Канта.

Примеры тестовых заданий:

Какую степень сложности имеет категоричный пешеходный поход протяженностью 190 км? 1,2,3,5

Наиболее распространенное плавсредство для спортивных походов I-III категорий сложности? надувная лодка, **байдарка**, катамаран, плот

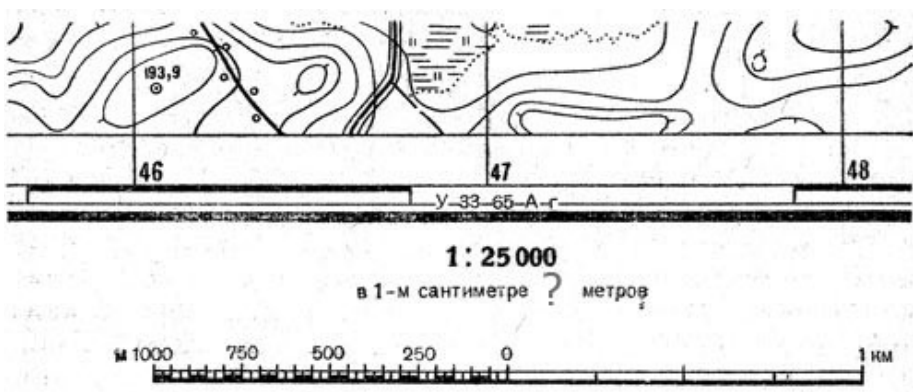
Определите азимут телефонной вышки: **0 градусов**, 90 градусов, 180 градусов, 370 градусов



Как называется веревка, отмеченная на рисунке цифрой 1? Сопровождающая, страховочная, запасная, параллельная



Сколько метров на местности отражено в одном сантиметре данной карты? 2,5; 25; **250**; 2500



3. *Проектирование деятельности группы по организации и проведению пешеходного похода*

Составляется смета расходов на проведение похода, список снаряжения, разработка и составление меню на один походный день, разработка маршрута, распределение обязанностей в группе. Планируется проведение пешеходного похода на группу 25 человек.

4. *Выполнение функций участника пешеходного туристического похода*

Студент принимает участие в учебно-тренировочном походе. Километраж – 90 км. 5 ходовых дней. Состав группы 25 человек. Функции выполняются в соответствии с распределением, сделанным в ходе проектирования по пункту данной программы 8.2.2.

8.3. Перечень вопросов и заданий для промежуточной аттестации по дисциплине

- Место туризма в системе физического воспитания.
- Организация и проведение туристического пешеходного похода.
- Основные этапы разработки маршрута
- Требования к разработке туристических маршрутов (поход выходного дня – категоричные походы).
- Определение целей и задач похода.
- Движение по маршруту.
- Режим дня в походе.
- Требования к рациону питания.
- Распределение обязанностей в туристской группе.
- Организация ночлега в походе.
- Способы преодоления естественных и искусственных препятствий на туристском маршруте.
- Туристское снаряжение и экипировка.
- Организация деятельности лагеря.
- Организация движения группы по маршруту.
- Обеспечение безопасности в походе, гигиенический контроль, профилактика травматизма.

8.4. Планируемые уровни сформированности компетенций обучающихся и критерии оценивания

Уровни	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	Двухбалльная шкала, зачет	БРС, % освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный	Творческая деятельность	<i>Включает</i> <i>нижестоящий уровень.</i> Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического и прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий	отлично	зачтено	86-100

Базовый	Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу с большей степенью самостоятельности и инициативы	Включает <i>нижестоящий</i> уровень. Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	хорошо		71-85
Удовлетворительный (достаточный)	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	удовлетворительно		55-70
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		неудовлетворительно	не зачтено	Менее 55

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

Основная литература

Бойко, В. В. Спортивно-оздоровительный туризм. Тесты : учебно-методическое пособие / В. В. Бойко. - Орел : МАБИВ, 2020. - 133 с. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1492857>

Дополнительная литература

Базовая подготовка по спортивно-оздоровительному туризму: Монография / Соболев С.В., Гелецкий В.М., Николаев Е.А. - Краснояр.:СФУ, 2016. - 230 с.: ISBN 978-5-7638-3551-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/974602>

Халилов, Ш. А. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / Ш.А. Халилов, А.Н. Маликов, В.П. Гневанов ; под ред. Ш.А. Халилова. — Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2023. — 576 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-8199-0905-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1937181>

Хуббиев, Ш. З. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки : учебное пособие / Ш. З. Хуббиев, С. М. Лукина, Т. Е. Коваль, Л. В. Ярчиковская.— Санкт-Петербург : Изд-во Санкт-Петербургского университета, 2018. — 272 с. - ISBN 978-5-288-05785-4. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1000483>

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- НЭБ Национальная электронная библиотека
- eLIBRARY.RU
- ЭБС Консультант студента
- ООО «Проспект»
- ЭБС ZNANIUM.COM
- ЭБС «Айбукс»
- ЭБС РКИ
- Электронно-библиотечная система (ЭБС) Кантиана (<https://elib.kantiana.ru/>)

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Программное обеспечение обучения включает в себя:

- электронно-информационную среду БФУ им. И. Канта, обеспечивающую разработку и комплексное использование электронных образовательных ресурсов;
- серверное программное обеспечение, необходимое для функционирования сервера и связи с системой электронного обучения через Интернет;
- установленное на рабочих местах студентов ПО, соответствующее стандартным учебным задачам.

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

Для проведения занятий лекционного типа, лабораторных занятий используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования.

Для проведения лабораторных работ (при необходимости) используются специальные помещения (учебные аудитории), оснащенные специализированным лабораторным оборудованием: персональными компьютерами с возможностью выхода в интернет и с установленным программным обеспечением, заявленным в п.11.

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные специализированной мебелью (для обучающихся), меловой / маркерной доской.

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья университетом могут быть представлены специализированные средства обучения, в том числе технические средства коллективного и индивидуального пользования.

5. Программа практики

«Не предусмотрена»

6. Программа итоговой аттестации

Определение результатов освоения модуля на основе вычисления оценки по каждому элементу модуля.

Оценка по модулю рассчитывается по формуле:

$$R_j^{\text{мод}} = \frac{k_1 R_1 + k_2 R_2 + k_3 R_3 + \dots + k_n R_n + R_{\text{кур}}}{k_1 + k_2 + k_3 + \dots + k_n}$$

Где:

$R_j^{\text{мод}}$ – оценка по модулю

$k_1, k_2, k_3, \dots, k_n$ – зачетные единицы дисциплин, входящих в модуль

$R_1, R_2, R_3, \dots, R_n$ – оценки по дисциплинам модуля

$R_{\text{кур}}$ – оценка по курсовой работе

В случае, если по дисциплине предусмотрен зачет без оценки, то за оценку по дисциплине принимается «5 (отлично)».