



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«29» апреля 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Философия (МОДУЛЯ)

Направление подготовки
«Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА**

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Философия (модуля)» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата 49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

- 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;
- 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;
- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»;
- 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»;
- 05.012 Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»

Рабочая программа дисциплины (модуля) разработана рабочей группой в составе: к.ф.н., доцент А.В. Суслов.

Руководитель основной
профессиональной
образовательной программы
к.п.н., доцент

Петрова М. А.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (модуля) обсуждена и утверждена на Ученом совете гуманитарного факультета. Протокол № 9 от «26» апреля 2022 г.
(наименование факультета)

Зам. декана гуманитарного
факультета, кандидат
юридических наук, доцент

Афонин М.В.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (модуля) рецензирована и рекомендована к утверждению:

Бессонов Борис Николаевич
Д.ф.н., профессор, зав. кафедрой
философии МГПУ

Б.Н. Бессонов

Д.ф.н., профессор гуманитарного
факультета (РГСУ)

О.Б. Скородумова

Согласовано
Научная библиотека, директор

И.Г. Маляр

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы <i>бакалавриата</i>	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	4
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	9
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	9
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	11
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	13
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	13
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	14
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	14
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	19
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	19
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	23
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	25
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	25
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	28
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	28
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	28
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	28
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	30
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	30
5.6 Образовательные технологии	31
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	32

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

заключается в получении обучающимися теоретических знаний об основах философии с последующим применением в профессиональной сфере и практических навыков (формирование) по работе с оригинальными и адаптированными философскими текстами; развитию навыков критического восприятия и оценки источников информации, умению логично формулировать, излагать и отстаивать собственное видение проблем и способов их разрешения; овладению приемами ведения дискуссии, полемики, диалога.

Задачи дисциплины (модуля):

1. Формирование знаний об истории возникновения, развитии и современном состоянии философской проблематики; показ ее методологической и мировоззренческой значимости для становления молодого специалиста, т.е. формирование философской культуры будущего специалиста на основе обширного исторического и современного материала, анализа постановки и решения – вечных философских проблем человечества
2. формирование представления о специфике философии как способе познания и духовного освоения мира, об основных разделах современного философского знания, философских проблемах и методах их исследования;
3. Овладение базовыми принципами и приемами философского познания; введение в круг философских проблем, связанных с областью будущей профессиональной деятельности.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы бакалавриата

Дисциплина (модуль) «Философия (модуля)» реализуется в *обязательной* части основной образовательной программы по направлению подготовки «49.03.01 Физическая культура» очной, заочной формам обучения.

Изучение дисциплины (модуля) «Философия (модуля)» базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися ранее в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): «История (модуля)», «Физическая культура (модуля)».

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной (модулем):

- Технологии самоорганизации и эффективного взаимодействия

- Иностранный язык

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: УК-1; УК-5, в соответствии с основной профессиональной образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
Системное и критическое мышление	УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	<p>1.1. понятие и классификация систем; - структуру и закономерности функционирования систем; - особенности системного подхода в научном познании; - понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах; - основные технологии поиска и сбора информации; - форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами; - виды и формы работы с педагогической и научной литературой; - требования к оформлению библиографии (списка литературы)</p> <p>УК-1.2. Умеет: - работать с информацией, представленной в различной форме; - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций</p>	<p>Знать: понятие и классификация систем; - структуру и закономерности функционирования систем; - особенности системного подхода в научном познании; - понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах; - основные технологии поиска и сбора информации; - форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами; - виды и формы работы с педагогической и научной литературой; - требования к оформлению библиографии (списка литературы)</p> <p>Уметь: - работать с информацией, представленной в различной форме; - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций</p>

			<p>обработать данные средствами стандартного программного обеспечения;</p> <p>- синтезировать информацию, представленную в различных источниках;</p> <p>- использовать контент электронной информационно-образовательной среды;</p> <p>- анализировать информационные ресурсы;</p> <p>- отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок;</p> <p>- обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода;</p> <p>- обосновывать решение задач физической культуры с позиций системного подхода.</p> <p>УК- 1.3. Имеет опыт: - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование); - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>системного подхода;</p> <p>- обосновывать решение задач физической культуры с позиций системного подхода.</p> <p>Владеть: - работать с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - использовать методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование);</p> <p>- критическим анализом и обобщением информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности.</p>
Межкультурное взаимодействие	УК – 5.	Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом,	<p>УК - 5.2. найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-</p>	<p>Знать: - сущностные характеристики основных периодов в развитии философской мысли;- основные социальные институты, обеспечивающих воспроизводство социальных отношений в сфере физической культуры;</p> <p>-</p>

		<p>этическом и философском контекстах</p>	<p>экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов; - анализировать социальные истоки и мотивацию к занятиям физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта и двигательной активности; - понимать групповую динамику и особенности межличностных отношений в группах различного социального состава, возраста и пола, занимающихся спортом и физической культурой; - правильно подобрать инструментарий для выявления эффективности профессиональной работы (занятий физической культурой и спортом), и определения уровня социального здоровья занимающихся; - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано</p>	<p>особенности мотивации к занятиям физическими упражнениями и спортом в группах различного возраста, пола, профессии и социального статуса; - механизмы социализации личности в спорте; - закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем; - основные исторические формы взаимодействия человека и общества, политические концепции; - различные подходы к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - основные этапы и важнейшие события истории России; - роль в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории; - геополитическое положение России, ее национальные задачи во внешней политике; - роль и место российской цивилизации во всемирном историческом процессе; - периодизацию истории физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры, - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры.</p> <p>Уметь: - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов; - анализировать социальные истоки и мотивацию к занятиям физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта и двигательной активности; - понимать групповую динамику и особенности межличностных отношений в</p>
--	--	---	--	--

			<p>отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; - осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности. - понимать социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта.</p>	<p>группах различного социального состава, возраста и пола, занимающихся спортом и физической культурой; - правильно подобрать инструментарий для выявления эффективности профессиональной работы (занятий физической культурой и спортом), и определения уровня социального здоровья занимающихся; - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; - осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности. - понимать социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области</p>
--	--	--	--	---

				<p>физической культуры и спорта.</p> <p>Владеть: - анализом исторических источников, политических программ, общественных процессов; - социологическом анализом данных о результатах деятельности организаций физической культуры и спорта, оценкой эффективности их деятельности, прогнозирования условий и направления ее развития в социально-культурном контексте; - аргументированным доказательством социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведением теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - организацией участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.</p>
--	--	--	--	---

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		1			
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	36	36			
Учебные занятия лекционного типа	16	16			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Практические занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					

Лабораторные занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Иная контактная работа	20	20			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Самостоятельная работа обучающихся	27	27			
Контроль промежуточной аттестации	9	9			
Форма промежуточной аттестации		диф.з ачет			
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	72	72			

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 1		Курс 2	
		Сессия 1-2	Сессия 3-4	Сессия 1-2	Сессия 3-4
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками			6		
Учебные занятия лекционного типа			6		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Практические занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Лабораторные занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Иная контактная работа			10		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Самостоятельная работа обучающихся			52		
Контроль промежуточной аттестации			4		
Форма промежуточной аттестации			диф.з ачет		
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ			72		

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Лекционные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Семинарские/ практические занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Лабораторные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Иная контактная работа <i>из них: в форме практической подготовки</i>				
Модуль 1 (Семестр 1)										
Раздел 1. ИСТОРИЯ ФИЛОСОФИИ	30	12	8	8						10
Тема 1. Генезис философии. Античная философская мысль	10	4	2	2						4
Тема 2. Философия Нового времени	12	4	4	4						4
Тема 3. Западноевропейская философия XIX – XX вв.	8	4	2	2						2
Раздел 2. ТЕОРИЯ ФИЛОСОФИИ	33	15	8	8						10
Тема 1. Особенности философского знания. Место философии в системе духовной культуры	10	4	2	2						4
Тема 2. Понятие бытия и варианты онтологии.	8	4	2	2						2
Тема 3. Основные проблемы и исторические варианты гносеологии.	8	4	2	2						2
Тема 4. Основные проблемы философской антропологии	7	3	2	2						2
Контроль промежуточной аттестации (час)										9
Общий объем, часов	63	27	16	16						20

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								Иная контактная работа <i>из них: в форме практической</i>
			Всего	Лекционные занятия <i>из них: в форме практической</i>	Семинарские/ <i>из них: в форме практической</i>	Лабораторные занятия <i>из них: в форме практической</i>					
Модуль 1 (Курс 1 Сессии 3-4)											
Раздел 1. ИСТОРИЯ ФИЛОСОФИИ	34	24	10	4						6	
Тема 1. Генезис философии. Античная философская мысль	10	8	2							2	
Тема 2. Философия Нового времени	12	8	4	2						2	
Тема 3. Западноевропейская философия XIX – XX вв.	12	8	4	2						2	
Раздел 2. ТЕОРИЯ ФИЛОСОФИИ	34	28	6	2						4	
Тема 1. Особенности философского знания. Место философии в системе духовной культуры	8	8									
Тема 2. Понятие бытия и варианты онтологии.	10	8	2	2							
Тема 3. Основные проблемы и исторические варианты гносеологии.	8	6	2							2	
Тема 4. Основные проблемы философской антропологии	8	6	2							2	
Контроль промежуточной аттестации (час)	4										
Общий объем, часов	72	52	16	6						10	

РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1. Название модуля, семестр 1							
Раздел 1.1. ИСТОРИЯ ФИЛОСОФИИ	14	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	реферат	2	Компьютерное тестирование
Раздел 1.2. ТЕОРИЯ ФИЛОСОФИИ	13	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	5	реферат	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по семестру, часов	27	12		11		4	
Общий объем по дисциплине (модулю), часов	27	12		11		4	

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1. ИСТОРИЯ ФИЛОСОФИИ, курс 1 сессии 3-4							
Раздел 1.1. ИСТОРИЯ ФИЛОСОФИИ	24	12	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	реферат	2	Компьютерное тестирование

Общий объем по модулю/семестру, часов							
Модуль 2. ТЕОРИЯ ФИЛОСОФИИ, курс 1 сессии 3-4							
Раздел 1.2. ТЕОРИЯ ФИЛОСОФИИ	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	реферат	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по модулю/семестру, часов,	52	26	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	22		4	
Общий объем по дисциплине (модулю), часов	52	26	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	22		4	

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. ИСТОРИЯ ФИЛОСОФИИ

Цель: изучение генезиса и развития философских идей как в европейской традиции от Античности до наших дней, так и в России, необходимого для формирования следующих компетенций: способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач (УК-1); способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах (УК-5).

Практические навыки: приобретение навыков работы с первоисточниками и справочной литературой, использования философских знаний в качестве теоретической и методической базы для изучения специальных дисциплин; навыков применения философских знаний в различных сферах профессиональной и общественной деятельности

Перечень изучаемых элементов содержания:

Основные этапы развития, особенности, проблемы и представители античной философии: досократики, софисты и Сократ, Платон и Аристотель, философские школы эллинизма. Влияние античной философии на содержание и направленность европейской мысли. Роль античной философии в становлении европейской цивилизации.

Особенности развития философии Нового времени. Основные проблемы философии данного периода. Эмпиризм Ф. Бэкона. Рационализм Р. Декарта. Теория общественного договора. Основные положения трансцендентального идеализма Канта. «Абсолютный идеализм» Гегеля. Антропологический материализм Фейербаха.

Основные положения диалектического материализма как философии марксизма. Позитивизм. Основные идеи и представители. Возникновение и сущность «философии жизни». Учение Ф. Ницше как источник «философии жизни». Зарождение философии психоанализа. Основные понятия учения З. Фрейда. Феноменология как метод анализа чистого сознания.

Основополагающие идеи Э. Гуссерля. Философская герменевтика как «практика философского мышления» Х.-Г. Гадамер. Экзистенциализм.

Особенности возникновения и становления русской философской мысли. Древнерусское философствование. Философская мысль русского Просвещения. Важнейшие течения в философии XIX: идейно-философская борьба 30-40 гг. XIX в.; почвенничество, теории культурно-исторических типов и «византизма»; проникновение и развитие марксистской философии в России (Плеханов Г.В., Ленин В.И.); русская философия всеединства (основные положения философии В.С. Соловьева). Русская философия конца XIX – начала XX веков: философия Н.А. Бердяева; русский космизм (философия «Общего дела» Н.Ф. Федорова), социальная философия С.Л. Франка. Современное состояние философской науки в России.

Тема 1.1 Генезис философии. Античная философская мысль

Вопросы для самоподготовки:

1. Истоки античной философской мысли
2. Ранняя греческая философия
3. Философия софистов и Сократа
4. Философия Платона
5. Философия Аристотеля
6. Философские взгляды стоиков, скептиков, эпикурейцев

Тема 1.2 Философия Нового времени

Вопросы для самоподготовки:

1. Основные проблемы философии Нового времени
2. Эмпиризм Ф. Бэкона
3. Рационализм Р. Декарта
4. Теория общественного договора
5. Агностицизм И. Канта
6. Диалектика Г. Гегеля
7. Материализм Л. Фейербаха

Тема 1.3 Западноевропейская философия сер. XIX – XX вв.

1. Марксистская философия
2. Философия жизни А. Шопенгауэра и Ф. Ницше
3. Позитивизм
4. Философия психоанализа
5. Феноменология и философская герменевтика
6. Философия экзистенциализма
7. Модернизм и постмодернизм в философской мысли
8. Философские системы В.С. Соловьева
9. Русская религиозная философия XX века

Тема 1.4 Русская философия: история и современность

1. Становление русской философии (IX-XII вв.)
2. Философия в России XVIII века
3. Философские взгляды теоретиков идейных течений в России XIX в.
4. Философские системы В.С. Соловьева

5. Философия русского космизма
6. Русская религиозная философия XX века
7. Философия марксизма в России

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1

Форма практического задания: реферат

Перечень тем рефератов к разделу 1:

1. Античная философия: основные идеи и роль в мировой культуре
2. Атомизм Демокрита и Эпикура
3. Социальная философия Древней Греции (Сократ, Платон, Аристотель)
4. Философия Нового Времени: проблемы онтологии, гносеологии, социальной философии
5. Особенности философии Р. Декарта
6. Французский материализм XVIII века
7. Немецкая классическая философия; ее вклад в мировую философскую мысль
8. Философия И. Канта
9. Система и метод философии Гегеля
10. Философский материализм Л. Фейербаха
11. Марксистская философия: ее истоки, содержание. Общая характеристика
12. Этапы и основные черты русской философии
13. Философия экзистенциализма. Проблемы свободы и морали.
14. Философская герменевтика.
15. Основные идеи социальной философии О. Конта.
16. Органическая теория Г. Спенсера.
17. Социальная философия Э. Дюркгейма.
18. Социальная философия М. Вебера
19. Марксистская социальная философия.
20. Особенности русской философии
21. Основные идеи «Слова о законе и благодати» Иллариона
22. Роль идеи «Москва – третий Рим» для развития государственности России
23. Основные положения философии М.В. Ломоносова
24. М.М. Щербатов о государственном устройстве
25. Либеральные идеи П.Я. Чаадаева
26. А.С. Хомяков как яркий представитель славянофильства
27. Теория культурно-исторических типов Н.Я. Данилевского
28. Философия Л.Н. Толстого
29. Учение о всеединстве В.С. Соловьева
30. Основные положения «общего дела» Н.Ф. Федорова
31. Философия любви В.В. Розанова
32. Проблема свободы в философии Н. Бердяева
33. С.Н. Булгаков. Философия имени, или грамматика бытия
34. С.Л. Франк о бытии как сверхрациональном всеединстве
35. И.А. Ильин: философия духовного опыта
36. Основные положения евразийства
37. Философско-правовые идеи Г.А. Плеханова
38. Философия политики В.И. Ленина
39. Философия «высшего синтеза» А.Ф. Лосева
40. Э.В. Ильенков о диалектике абстрактного и конкретного
41. Идея диалога М.М. Бахтина
42. Новый гуманизм И.Т. Фролова

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 1

Форма рубежного контроля – компьютерное тестирование.

Раздел 2 ТЕОРИЯ ФИЛОСОФИИ

Цель: овладение базовыми принципами и приемами философского познания; введение в круг философских проблем, формирование представления о специфике философии как способе познания и духовного освоения мира, об основных разделах современного философского знания, философских проблемах и методах их исследования, необходимого для формирования следующих компетенций: способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач (УК-1); способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах (УК-5).

Перечень изучаемых элементов содержания:

Предмет и метод философии. Её функции. Особенности философского знания. Философия как «любовь к мудрости». Философия как научное познание. Категориальный аппарат философии. Структура философского знания. Становление философии. Философия и мифология. Философия и религия. Взаимодействие философии и частных наук. Философия как самосознание культуры. Значение философии в жизни человека и общества.

Бытие как существование. Формы бытия. Онтологические модели бытия как существования: материалистическая онтология, объективно-идеалистическая онтология, субъективно-идеалистическая онтология. Понятие субстанции и субстанциональности бытия. Метафизическое и диалектическое понимание субстанции. Монизм, дуализм, плюрализм. Иерархические модели бытия.

Познавательное (гносеологическое) отношение к миру как один из предметных уровней метафизического отношения к миру. Проблемы сущностного определения познания, природы знания, характеристики и критериев истины, взаимоотношения субъекта и объекта познания; проблема анализа познавательных возможностей человека, сущностной характеристики сознания, проблема нахождения основания достоверного знания. Агностицизм. Скептицизм.

Человек как сложная многоуровневая система. Единство природного, социального и духовного в человеке. Понятия индивида, личности и индивидуальности. Исторические типы личности. Основные этапы социализации личности. Личность и общество. Личность и культура. Соотношение воспитания и самовоспитания, факторов макро- и микросреды в развитии личности. Гуманизм как мера общественного прогресса, как признание ответственности человека за бытие человеческого рода и свою собственную судьбу, критерий оценки деятельности людей, социальных институтов и организаций. Причины кризиса гуманизма. Угроза антропологической катастрофы: сущность, возможные пути ее преодоления.

Тема 2.1 Особенности философского знания. Место философии в системе духовной культуры

Вопросы для самоподготовки:

1. Предмет, метод и функции философии
2. Структура философского знания
3. Типология философских учений
4. Истоки философии
5. Философия как теоретическое ядро мировоззрения

Тема 2.2 Понятие бытия и варианты онтологии

Вопросы для самоподготовки:

1. Бытие как существование. Формы бытия
2. Понятие субстанции и субстанциональности бытия
3. Онтологические модели бытия
4. Понятие развития
5. Понятие причинности. Детерминизм и индетерминизм
6. Пространственно-временные уровни бытия

Тема 2.3 Основные проблемы и исторические варианты гносеологии

Вопросы для самоподготовки:

1. Проблема сознания. Структура сознания
2. Сознание и познание. Объект и субъект познания
3. Понятие истины. Истина и мнение
4. Проблема критерия истины
5. Исторические варианты гносеологии
6. Виды знания. Понятие науки
7. Развитие науки. Понятие научной революции

Тема 2.4 Основные проблемы философской антропологии

Вопросы для самоподготовки:

1. Единство природного, социального и духовного в человеке.
2. Понятия индивида, личности и индивидуальности.
3. Деятельностная сущность общественного человека.
4. Социальные ценности и социализация личности.
5. Личность и культура.
6. Проблема смысла жизни: многообразие интерпретаций
7. Причины кризиса гуманизма.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2

Форма практического задания: реферат.

Перечень тем рефератов к разделу 2.

1. Философия, ее предмет, функции и роль в обществе
2. Философия и мировоззрение
3. Проблема метода в философии. Диалектика и метафизика
4. Бытие как философская проблема.
5. Философское понятие материи. Основные формы существования материи.
6. Природа и сущность сознания.
7. Диалектика как общая теория развития. Принципы, законы и категории диалектики.
8. Закон единства и борьбы противоположностей.
9. Закон взаимоперехода количественных и качественных изменений.
10. Закон отрицания отрицания.
11. Проблема познаваемости мира в мировой философской мысли.
12. Чувственная и рациональная ступени процесса познания.
13. Диалектика процесса познания.
14. Проблема истины в философии.

15. Практика и ее роль в процессе ее познания.
16. Особенности социального познания.
17. Социальный эксперимент: его содержание и возможности.
18. Сущность и динамика социально-исторического процесса
19. Деятельность людей и законы общественного развития
20. Общественный прогресс и его критерии
21. Общество как социальная система
22. Духовная жизнь общества и ее основные элементы
23. Общественное сознание и его структура
24. Общественная психология и идеология, их взаимосвязь
25. Формы общественного сознания, их различия и взаимосвязь
26. Объективные и субъективные факторы социально-исторического процесса
27. Политическое сознание
28. Правовое сознание
29. Нравственное сознание
30. Свобода совести и роль церкви в современных условиях
31. Проблема человека в истории философии
32. Человек как единство духовного, биологического и социального
33. Личность и общество: свобода и ответственность личности
34. Категория ответственности: философские аспекты
35. Проблема потребностей и интересов личности
36. Социальные отношения и социальные интересы личности и общества
37. Проблема ценностей в философии
38. Жизнь как ценность в структуре социального бытия
39. Проблема жизни и смерти в духовном опыте человечества
40. Философский подход к проблеме смысла и цели жизни человека
41. Будущее: методы и средства философского осмысления
42. Сущность и природа традиций, их использование в социальной деятельности

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 2:

Форма рубежного контроля – компьютерное тестирование.

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является **дифференцированный зачет**, который проводится в **устной** форме.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	<p>Знать: понятие и классификация систем; - структуру и закономерности функционирования систем; - особенности системного подхода в научном познании; - понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах; - основные технологии поиска и сбора информации; - форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами; - виды и формы работы с педагогической и научной литературой; - требования к оформлению библиографии (списка литературы)</p>	Этап формирования знаний
		<p>Уметь: работать с информацией, представленной в различной форме; - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода; - обосновывать решение задач физической культуры с позиций системного подхода.</p>	Этап формирования умений

		<p>Владеть: работой с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - использовать методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование); - критическим анализом и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>
УК – 5.	<p>Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах</p>	<p>Знать: - сущностные характеристики основных периодов в развитии философской мысли;- основные социальные институты, обеспечивающих воспроизводство социальных отношений в сфере физической культуры; - особенности мотивации к занятиям физическими упражнениями и спортом в группах различного возраста, пола, профессии и социального статуса; - механизмы социализации личности в спорте; - закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем; - основные исторические формы взаимодействия человека и общества, политические концепции; - различные подходы к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - основные этапы и важнейшие события истории России; - роль в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории; - геополитическое положение России, ее национальные задачи во внешней политике; - роль и место российской цивилизации во всемирном историческом процессе; - периодизацию истории физической культуры, социальную сущность, структуру</p>	<p>Этап формирования знаний</p>

		<p>и функции физической культуры, - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры.</p>	
		<p>Уметь: - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально- экономические, религиозно- мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов; - анализировать социальные истоки и мотивацию к занятиям физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта и двигательной активности; - понимать групповую динамику и особенности межличностных отношений в группах различного социального состава, возраста и пола, занимающихся спортом и физической культурой; - правильно подобрать инструментарий для выявления эффективности профессиональной работы (занятий физической культурой и спортом), и определения уровня социального здоровья занимающихся; - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно- следственные связи; - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; - осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности. - понимать социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		служения на благо Отечества; - устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта.	
		Владеть: - анализом исторических источников, политических программ, общественных процессов; - социологическом анализом данных о результатах деятельности организаций физической культуры и спорта, оценкой эффективности их деятельности, прогнозирования условий и направления ее развития в социально-культурном контексте; - аргументированным доказательством социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведением теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - организацией участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.	Этап формирования навыков и получения опыта

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
УК-1, УК-5	Этап формирования знаний.	Теоретический блок вопросов. Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал	1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не

			<p>допуская ошибок: (9-10] баллов; 2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения: [8-9) баллов; 3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала: (6-8) баллов; 4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки: [0-6] баллов.</p>
УК-1, УК-5	Этап формирования умений	<p>Аналитическое задание (<i>задачи</i>)</p> <p>Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10] баллов; 2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов; 3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов; 4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не</p>
УК-1, УК-5	Этап формирования навыков и получения опыта.	<p>Аналитическое задание (<i>задачи</i>)</p> <p>Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий,</p>	<p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов; 4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не</p>

		самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.	выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6] баллов.
--	--	---	--

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

1. Генезис философского знания. Мифология и философия.
2. Миф как объект философской рефлексии.
3. Предмет и функции философии. Взаимосвязь философии и частных наук.
4. Основной вопрос философии. Исторические формы материализма и идеализма.
5. Античная философия (общая характеристика).
6. Досократики: милетцы, пифагорейцы, Гераклит, элеаты.
7. Софисты и Сократ. Метод Сократа.
8. Философия Платона. Притча о пещере.
9. Учение Платона об идеальном государстве.
10. Атомистика Демокрита.
11. Метафизика Аристотеля.
12. Философские школы эпохи эллинизма (эпикуреизм, стоицизм, скептицизм).
13. Эмпиризм в новоевропейской философии XVII-XVIII вв. (Ф. Бэкон).
14. Рационализм в новоевропейской философии XVII-XVIII вв. (Р. Декарт).
15. Проблемы социальной философии в работах Т. Гоббса, Дж. Локка, Ж.-Ж. Руссо.
16. Философия И. Канта
17. Метод и система Г. Гегеля.
18. Антропологический материализм Л. Фейербаха.
19. Философские воззрения К. Маркса. Материалистическое понимание истории и теории отчуждения.
20. Философия жизни: А. Шопенгауэр и Ф. Ницше.
21. Позитивизм. Представители и основные идеи.
22. Основы философской герменевтики.
23. Психоаналитическая антропология З. Фрейда
24. Анализ человеческого существования в философии экзистенциализма.
25. Русская философия XIX в.: западники и славянофилы.
26. Общая характеристика русской философии XX в.
27. Философская система В.С. Соловьева.
28. Философия русского космизма: Н. Ф. Федоров, К.Э. Циолковский, А.Л. Чижевский
29. Принципы и категории онтологии.
30. Понятие материи в философии и науке.
31. Философские концепции пространства и времени. Особенности социального пространства и времени.
32. Идея развития в философии.
33. Исторические формы диалектики.
34. Проблема метода в философии: диалектика и метафизика. Принципы, законы и категории диалектики.
35. Детерминизм и индетерминизм. Проблема свободы воли.
36. Происхождение и сущность сознания. Сознание и бессознательное.

37. Проблема познаваемости мира в философии. Вера и знание.
38. Формы и уровни познания.
39. Понятие субъекта и объекта в гносеологии.
40. Структура научного знания. Проблема роста научного знания.
41. Вопрос о сущности истины и ее критериях в истории философии.
42. Общество как целостная система. Структура общества.
43. Духовная жизнь общества.
44. Специфика социального познания.
45. Философия истории. Формационный и цивилизационный подходы к осмыслению исторического процесса.
46. Проблема прогресса

Аналитическое задание (*задачи, ситуационные задания, кейсы, проблемные ситуации и т.д.*):

1. Сравните идеалы государственного устройства Платона и Аристотеля.
2. Сопоставьте взгляды К.Маркса и Н.Бердяева на проблему социального равенства
3. Сравните идеалы государственного устройства Августина Блаженного и Фомы Аквинского.
4. Дайте свой комментарий словам В.Соловьева о том, «государство существует не для того, чтобы превратить земную жизнь в рай, а для того, чтобы помешать ей окончательно превратиться в ад».
5. Объясните слова Н.Бердяева: «Государство имеет не только природный, но и божественный исток. Он есть действие божественного начала в замутненной природной среде, преломление абсолютного начала в относительном». (Бердяев Н. А. Философия неравенства. М., 1990, с. 83)
6. Сопоставьте взгляды на общественное переустройство Конфуция и К.Маркса.
7. Объясните слова Н.Бердяева: «Право потому и имеет такое огромное значение в человеческом общении, что оно является охраной и гарантией минимума человеческой свободы, что оно предохраняет человека от того, чтобы жизнь его целиком зависела от моральных свойств, от любви или ненависти другого человека».(Бердяев Н. А. Философия неравенства. М., 1990, с. 90).
8. Объясните слова С.Н.Булгакова: «нам дано расширять жизнь, оживлять природу, быть может, по мнению наиболее смелых мыслителей, воскрешать угасшую жизнь, но творить жизнь нам абсолютно не дано, одинаково ни микроскопической козявки, ни гомункула в реторте. Поэтому хозяйство есть функция жизни, уже созданной и существующей. Этот божественный огонь, зажженный творческой любовью, есть основа всей *natura naturata*». (Булгаков С.Н. Философия хозяйства//Соч. в 2-х т. М., 1993, т.1, С. 161)
9. До недавнего времени в основе периодизации в отечественной науке лежало понятие «общественно-экономическая формация». В результате, всемирная история была поделена на пять следующих друг за другом формаций: первобытнообщинная – рабовладельческая – феодальная – капиталистическая – коммунистическая. Определите, каких методологических ориентиров придерживались ее авторы.
10. Как решают проблему личности в марксизме и экзистенциализме.
11. Дайте свой комментарий к словам Г.Риккерта: «В истории «развитие» ведь всегда означает возникновение чего-то нового, до сих пор еще нигде не бывшего. А так как в понятие закона входит лишь только то, что всегда можно рассматривать таким образом, как будто бы оно повторялось любое число раз, то поэтому понятие исторического развития и понятие закона взаимно исключают друг друга». Риккерт Г. Философия истории // Философия жизни. – Киев, 1998, С.196
12. Прокомментируйте слова Н. Бердяева: «Культура родилась из культа. Истоки ее – сакральны. Вокруг храма зачалась она и в органический свой период была связана с жизнью религиозной. Так было в великих древних культурах, в культуре греческой, в культуре средневековой, в культуре раннего Возрождения. Культура – благородного

происхождения. Ей передался иерархический характер культа. Культура имеет религиозные основы. Это нужно считать установленным с самой позитивно-научной точки зрения. Культура символична по своей природе. Символизм свой она получила от культовой символики. В культуре не реалистически, а символически выражена духовная жизнь. Все достижения культуры по природе своей символичны. В ней даны не последние достижения бытия, а лишь символические его знаки. Такова же природа культа, который есть прообраз осуществленных божественных тайн»¹.

13. Сравните взгляды на личность в марксизме и персонализме.
14. Сопоставьте социальные идеалы Т.Мора и Т.Капанеллы.
15. Сопоставьте социальные идеалы Платона и Т.Кампанеллы.
16. Сравните идеалы государственного управления В.Соловьева и Августина Блаженного.
17. Сравните теорию общественного договора Т.Гоббса и Дж.Локка.
18. Раскройте смысл слов И.Канта: «приобретение разумным существом возможности ставить любые цели вообще (значит, в его свободе) – это культура..
19. Сопоставьте теорию этноса Л.Гумилева и К.Маркса.
20. Согласно А.Тойнби, культура представляет собой «душу, кровь, лимфу, сущность цивилизации. Как только цивилизация утрачивает внутреннюю силу культурного развития, она немедленно начинает впитывать элементы чуждой культуры. Культурное влияние оказывается куда более благодатным и полезным, чем заимствования в экономическом или же политическом плане». Дайте свой комментарий.
21. Сопоставьте идеалы правителя в учении Конфуция и Фомы Аквинского.
22. Сопоставьте идеалы правителя в учении Конфуция и Лао-цзы.
23. Дайте свой комментарий словам Н.Бердяева: «... История должна кончиться. Мир должен вступить в такую высокую действительность, в такое целостное время, в которых разрешится проблема индивидуальной судьбы человеческой и трагический конфликт этой индивидуальной судьбы человеческой с судьбой мировой найдет свой исход. История есть прежде всего судьба и должна быть осмыслена как судьба, как трагическая судьба. Трагическая судьба, как и всякая трагедия, должна иметь последний, всеразрушающий акт. В трагедии неизбежен катарсис. История не имеет бесконечного развития в нашем времени, не имеет закономерности природных явлений именно поэтому, что история есть судьба. Таков последний вывод и последний результат метафизики истории». (Бердяев Н.Смысл истории. М, 1990, С.160-161).
24. Сопоставьте взгляды Н.Макивелли и Конфуция на методы правления.
25. Сопоставьте идеалы государственного управления Аристотеля и Фомы Аквинского.

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата/магистратуры/специалитета в Российском государственном социальном университете и Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для дифференцированного зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

1. Митрошенков, О. А. Философия в 2 ч. Часть 1 : учебник для вузов / О. А. Митрошенков, В. П. Ляшенко, Г. И. Рузавин ; под редакцией О. А. Митрошенкова. — 2-е изд., доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 275 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09057-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493378>

2. Митрошенков, О. А. Философия в 2 ч. Часть 2 : учебник для вузов / О. А. Митрошенков, В. П. Ляшенко, Г. И. Рузавин ; под редакцией О. А. Митрошенкова. — 2-е изд., доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 296 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09058-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494760>

5.1.2. Дополнительная литература

1. Спиркин, А. Г. Общая философия : учебник для вузов / А. Г. Спиркин. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 267 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01346-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489673>

2. Спиркин, А. Г. История философии : учебник для вузов / А. Г. Спиркин. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 136 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08379-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489800>

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам,	https://urait.ru/

		учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	
3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) «Философия» предполагает изучение материалов дисциплины (модуля) на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров и практических занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программой дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Более подробная информация о самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение

самостоятельной работы по дисциплине (модулю)», «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)»).

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.
- 4.

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7
2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic
3. Справочная система Консультант+
4. Okular или Acrobat Reader DC
5. Ark или 7-zip
6. SKY DNS
7. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№ №	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения дисциплины (модуля) «*Философия (модуля)*» в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура* используются:

Учебная аудитория для занятий лекционного типа оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекционное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть Интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

5.6 Образовательные технологии

При реализации дисциплины (модуля) «*Философия (модуля)*» применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение дисциплины (модуля) «*Философия (модуля)*» использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий в форме деловых и ролевых игр, разбора конкретных ситуаций в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития **профессиональных** навыков обучающихся.

При освоении дисциплины (модуля) «*Философия (модуля)*» предусмотрено применением электронного обучения.

Учебные часы дисциплины (модуля) «*Философия (модуля)*» предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках дисциплины (модуля) «*Философия (модуля)*» предусмотрены встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых связана с *направленностью* реализуемой основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1.	Утверждена и введена в действие решением Ученого Совета гуманитарного факультета на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. №940 и Приказом Министерства науки и высшего образования от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные образовательные стандарты высшего образования»	Протокол заседания Ученого совета факультета № 9 от «26» апреля 2022 г.	01.09.2022



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«29» апреля 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

История (МОДУЛЯ)

Направление подготовки
«Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «История (модуля)» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата 49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

- 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;
- 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;
- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»;
- 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»;
- 05.012 Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»

Рабочая программа дисциплины (модуля) разработана рабочей группой в составе: доктора исторических наук, профессора М.В. Виниченко.

Руководитель основной профессиональной образовательной программы к.п.н., доцент

Петрова М. А.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (модуля) обсуждена и утверждена на Ученом совете гуманитарного факультета. Протокол № 9 от «26» апреля 2022 года

(наименование факультета)

Зам. декана гуманитарного факультета к.ю.н., доцент

М.В. Афонин

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (модуля) рекомендована к утверждению представителями организаций-работодателей (при совместной разработке или разработке по заказу):

Директор ГБУ ТЦСО «Таганский» г.Москвы

В.Н.Каменских

(подпись)

Директор ГБУ ТЦСО «Царицынский» г.Москвы

С.И.Буртник

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (модуля) рецензирована и рекомендована к утверждению:

доктор исторических наук, профессор кафедры истории Военного университета МО РФ

В.В. Попов

(подпись)

доктор исторических наук, профессор факультета социальной работы РГСУ

Л.И. Старовойтова

(подпись)

Согласовано
Научная библиотека, директор

И.Г. Маляра

(подпись)

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы <i>бакалавриата</i>	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	4
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	7
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	7
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	9
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	10
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	10
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	12
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	18
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	18
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	18
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	21
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	22
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	24
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	24
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	24
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	25
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	25
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	26
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	27
5.6 Образовательные технологии	27
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	29

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель дисциплины (Блок 1 модуля) заключается в получении обучающимися теоретических знаний об основных закономерностях и особенностях всемирно-исторического процесса, а также культурно-историческом своеобразии России, ее месте в мировой и европейской цивилизации с последующим применением в профессиональной сфере практических навыков по формированию творческого начала, способности решать через средства научной информации исследовательские задачи.

Задачи дисциплины (модуля):

- дать знание о движущих силах и основных закономерностях исторического процесса, этапах исторического развития России и мира; а также месте человека в историческом процессе;
- формировать и развивать навыки исторической аналитики: способность на основе исторического анализа и проблемного подхода преобразовывать информацию в знание, осмысливать процессы, события и явления в России и мировом сообществе в их динамике и взаимосвязи, руководствуясь принципами научной объективности и историзма;
- формировать понимание многообразия культур и цивилизаций в их взаимодействии, многовариантности исторического процесса;
- развивать творческое мышление, самостоятельность суждений, умение логически мыслить, вести научные дискуссии; вырабатывать навыки работы с учебной и научной литературой, а также с другими источниками информации.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы бакалавриата

Дисциплина (модуль) *«История (модуля)»* реализуется в *обязательной* части основной образовательной программы по направлению подготовки *«49.03.01 Физическая культура»* очной, заочной формам обучения.

Изучение дисциплины (модуля) *«История (модуля)»* базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися ранее в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): *«Философия(модуля)»*, *«Физическая культура (модуля)»*.

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной (модулем):

- *Технологии самоорганизации и эффективного взаимодействия*

- *Иностранный язык*

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: УК-5, в соответствии с основной профессиональной образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
Межкультурное взаимодействие	УК – 5.	Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	УК - 5.2. найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов; - анализировать социальные истоки и мотивацию к занятиям физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта и двигательной активности; - понимать групповую динамику и особенности межличностных отношений в группах различного социального состава, возраста и пола, занимающихся спортом и физической культурой; - правильно подобрать инструментарий для выявления эффективности профессиональной работы (занятий физической культурой и спортом), и определения уровня социального здоровья занимающихся; - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; -	<p>Знать: - сущностные характеристики основных периодов в развитии философской мысли;- основные социальные институты, обеспечивающих воспроизводство социальных отношений в сфере физической культуры; - особенности мотивации к занятиям физическими упражнениями и спортом в группах различного возраста, пола, профессии и социального статуса; - механизмы социализации личности в спорте; - закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем; - основные исторические формы взаимодействия человека и общества, политические концепции; - различные подходы к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - основные этапы и важнейшие события истории России; - роль в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории; - геополитическое положение России, ее национальные задачи во внешней политике; - роль и место российской цивилизации во всемирном историческом процессе; - периодизацию истории физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры, - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры.</p> <p>Уметь: - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-</p>

			<p>раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; - осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности. - понимать социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта.</p>	<p>мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов; - анализировать социальные истоки и мотивацию к занятиям физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта и двигательной активности; - понимать групповую динамику и особенности межличностных отношений в группах различного социального состава, возраста и пола, занимающихся спортом и физической культурой; - правильно подобрать инструментарий для выявления эффективности профессиональной работы (занятий физической культурой и спортом), и определения уровня социального здоровья занимающихся; - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; - осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической</p>
--	--	--	--	---

				<p>и культурной общности. - понимать социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта.</p> <p>Владеть: - анализом исторических источников, политических программ, общественных процессов; - социологическом анализом данных о результатах деятельности организаций физической культуры и спорта, оценкой эффективности их деятельности, прогнозирования условий и направления ее развития в социально-культурном контексте; - аргументированным доказательством социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведением теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - организацией участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.</p>
--	--	--	--	--

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		1			
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	36	36			
Учебные занятия лекционного типа	16	16			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Практические занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Лабораторные занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Иная контактная работа	20	20			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Самостоятельная работа обучающихся	27	27			
Контроль промежуточной аттестации	9	9			
Форма промежуточной аттестации		зачет			
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	72	72			

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 1		Курс 2	
		Сессия 1-2	Сессия 3-4	Сессия 1-2	Сессия 3-4
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками		16			
Учебные занятия лекционного типа		6			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Практические занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Лабораторные занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Иная контактная работа		10			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Самостоятельная работа обучающихся		52			
Контроль промежуточной аттестации		4			

Форма промежуточной аттестации		зачет		
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ		72		

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа
Модуль 1 (Семестр 1)										
Раздел 1. Россия IX-XIX вв. в контексте развития европейской цивилизации	30	12	8	8						10
Тема 1.1 Особенности становления государственности в России и мире. Русские земли и население Руси в сообществе с народами евразийского континента в XIII – XV вв.	16	6	4	4						6
Тема 1.2 Россия в XV I- XIX вв. в контексте развития европейской цивилизации.	14	6	4	4						4
Раздел 2. Россия и мир в XX - начале XXI вв.	33	15	8	8						10
Тема 2.1 Россия в контексте мирового развития на рубеже XIX – начала XX века.	16	8	4	4						4
Тема 2.2. СССР/Россия и мир в XX-начале XXI веков	17	7	4	4						6
Контроль промежуточной аттестации (час)										9
Общий объем, часов	63	27	16	16						20

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической	Семинарские/	из них: в форме практической	Лабораторные занятия	из них: в форме практической	Иная контактная работа
Модуль 1 (Курс 1 Сессии 1-2)										
Раздел 1. Россия IX-XIX вв. в контексте развития европейской цивилизации	34	24	10	4						6
Тема 1.1 Особенности становления государственности в России и мире. Русские земли и население Руси в сообществе с народами евразийского континента в XIII – XV вв.	18	12	6	2						4
Тема 1.2 Россия в XV I- XIX вв. в контексте развития европейской цивилизации.	16	12	4	2						2
Раздел 2. Россия и мир в XX - начале XXI вв.	34	28	6	2						4
Тема 2.1 Россия в контексте мирового развития на рубеже XIX – начала XX века.	16	14	2							2
Тема 2.2. СССР/Россия и мир в XX-начале XXI веков	18	14	4	2						2
Контроль промежуточной аттестации (час)										4
Общий объем, часов	72	52	16	6						10

РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся
--------------	-------	---

		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1-2. семестр 1							
Раздел 1. Россия IX-XIX вв. в контексте развития европейской цивилизации	14	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	реферат	2	Аналитическое задание
Раздел 2. Россия и мир в XX - начале XXI вв.	13	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	5	эссе	2	Аналитическое задание
Общий объем по семестру, часов	27	12		11		4	
Общий объем по дисциплине (модулю), часов	27	12		11		4	

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1. Россия IX-XIX вв. в контексте развития европейской цивилизации, курс 1 сессии 1-2							
Раздел 1. Россия IX-XIX вв. в контексте развития европейской цивилизации	24	12	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	реферат	2	Аналитическое задание
Общий объем по модулю/семестру, часов							
Модуль 2. Раздел 2. Россия и мир в XX - XXI вв., курс 1 сессии 1-2							

Раздел 2. Россия и мир в XX - начале XXI вв.	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	эссе	2	Аналитическое задание
Общий объем по модулю/семестру, часов,	52	26	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	22		4	
Общий объем по дисциплине (модулю), часов	52	26	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	22		4	

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. Россия IX-XIX вв. в контексте развития европейской цивилизации

Цель: владеть базовыми и специальными знаниями и навыками теоретического и прикладного характера по дисциплине «История», научиться применять полученные знания при анализе исторических источников и исследовательской литературы.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Проблемы этногенеза и роль миграций в становлении народов. Территория России в системе Древнего мира. Древнейшие культуры Северной Евразии (неолит и бронзовый век). Древние империи Центральной Азии. Античная Греция (скифские племена; греческие колонии в Северном Причерноморье). Античный Рим. Великое переселение народов в III–VI вв. Падение Римской империи. Смена форм государственности. Варварские королевства. Государство франков. Этнокультурные и социально-политические процессы становления русской государственности. Особенности социально-политического развития Древнерусского государства. Феодализм Западной Европы и социально-экономический строй Древней Руси: сходства и различия. Властные традиции и институты в государствах Восточной, Центральной и Северной Европы в раннем средневековье; роль военного вождя. Византия – мост между эпохами и цивилизациями. Русские земли в XI–XII вв. Эволюция древнерусской государственности в XI–XII вв. Социально-экономическая и политическая структура русских земель периода политической раздробленности. Формирование различных моделей развития древнерусского общества и государства. Христианизация; духовная и материальная культура Древней Руси. Средневековье как стадия исторического процесса в Западной Европе, на Востоке и в России. Технологии, производственные отношения и способы эксплуатации, политические системы, идеология и социальная психология. Роль религии и духовенства в средневековых обществах Запада и Востока. Причины и направления монгольской экспансии. Тюркские народы России в составе Золотой Орды. Экспансия Запада. Александр Невский. Объединение княжеств Северо-Восточной Руси вокруг Москвы. Окончательное свержение монгольского ига. Судебник 1497 г. Формирование дворянства как опоры центральной власти. Европа в эпоху позднего феодализма. Первые буржуазные революции в Европе. Эпоха Возрождения. Великие географические открытия и начало Нового времени в Западной Европе. Эпоха Возрождения. Реформация и её экономические, политические, социокультурные причины. «Новое время» в Европе как особая фаза всемирно-исторического процесса. Развитие капиталистических отношений. Абсолютизм и восточная деспотия. Иван Грозный: поиск альтернативных путей социально-политического развития Руси. «Смутное время»: ослабление государственных начал, попытки возрождения традиционных («домонгольских») норм отношений между властью и обществом. Феномен самозванчества. Завершение и последствия Смуты. Пути трансформации западноевропейского

абсолютизма в XVIII в. Влияние идей Просвещения на мировое развитие. Французская революция и ее влияние на политическое и социокультурное развитие стран Европы. Формирование колониальной системы и мирового капиталистического хозяйства. Петр I. Основные направления «европеизации» страны. Екатерина II: истоки и сущность дуализма внутренней политики. Наполеоновские войны и Священный союз как система общеевропейского порядка. Попытки реформирования политической системы России при Александре I, проекты М.М. Сперанского и Н.Н. Новосильцева. Значение победы России в войне против Наполеона и освободительного похода России в Европу для укрепления международных позиций России. Российское самодержавие и «Священный союз». Изменение политического курса в начале 20-х годов XIX в.: причины и последствия. Внутренняя политика Николая I. Россия и Кавказ. Крестьянский вопрос: этапы решения. Реформы Александра II. Отмена крепостного права и ее итоги: альтернативы реформы. Политические преобразования 60–70-х годов XIX в. Завершение правления Александра Освободителя. Присоединение Средней Азии. Русско-турецкая война 1877–1878 гг. Правление Александра III.

Тема 1.1. Особенности становления государственности в России и мире. Русские земли и население Руси в сообществе с народами евразийского континента в XIII – XV вв.

Вопросы для самоподготовки:

1. Традиционные формы социальной организации европейских народов в догосударственный период.
2. Феодализм Западной Европы и социально-экономический строй Древней Руси: сходства и различия
3. Города в политической и социально-экономической структуре Древней Руси.
4. Проблема формирования элиты Древней Руси.
5. Древняя Русь в IX-XII вв.: Византия, славянские страны, Западная Европа, Хазария, Волжская Булгария.
6. Иго и дискуссия о его роли в становлении Русского государства.
7. Литва как второй центр объединения русских земель.
8. Экспансия Запада.

Тема 1.2. Россия в XVI- XIX вв. в контексте развития европейской цивилизации.

Вопросы для самоподготовки:

1. Великие географические открытия и начало Нового времени в Западной Европе.
2. Реформация и ее экономические, политические, социокультурные причины.
3. Иван Грозный: поиск альтернативных путей социально-политического развития Руси.
4. К. Минин и Д. Пожарский.
5. Промышленный переворот в Европе и России: общее и особенное.
6. Основные направления «европеизации» страны.
7. Создание Балтийского флота и регулярной армии.
8. Провозглашение России империей.
9. Присоединение Крыма и ряда других территорий на юге.
10. Наполеоновские войны и Священный союз как система общеевропейского порядка.
11. Предпосылки и причины отмены крепостного права.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1

Форма практического задания: реферат

Примерный перечень тем научных статей из исторических журналов и сборников для реферирования к разделу 1:

1. Флоря Б.Н. Переговоры между Россией и Речью Посполитой о союзе против османов (1673–1676) // Древняя Русь. Вопросы медиевистики. № 1 (67). 2017. – С. 61-75. Электронный ресурс: <http://www.drevnyaya.ru>
2. Соловьев Ю.П. Коллаборационизм 1812 года. Сословный аспект. // Диалог со временем. Альманах интеллектуальной истории. Вып. 58. М.: ИВИ, 2017. - С. 201-224.

- Электронный ресурс: <http://roii.ru/publications/dialogue>
3. Рукавишников Е.Н. Внешняя политика и пребывание российского военного флота в Средиземном море. 1770 – 1774 гг. // Вопросы истории. № 9. 2008. - С. 122-134. Электронный ресурс: <http://historystudies.org/2014/12/flot/#more-520>
 4. Павлив А.А. Развитие государственности в России на фоне аналогичных процессов в Англии и Франции (дореволюционный период) // Исторический журнал: научные исследования. № 1. 2015. – С. 24 - 35. Электронный ресурс: <http://www.nbpublish.com/hsmag>
 5. Бохун Т. История польского гарнизона в Москве. 1610-1612 гг. // Мир истории: российский электронный журнал. № 1. 2012. Электронный ресурс: <http://www.historia.ru/>
 6. Рогинский В.В. Изменение политической карты Балтийского региона в эпоху наполеоновских войн // Мир истории: российский электронный журнал. № 2. 2011. Электронный ресурс: <http://www.historia.ru/>
 7. Е.Ю. Василик, А.А. Селин Московская эмиграция в Речь Посполитую в первой трети XVII в. // Древняя Русь. Вопросы медиевистики. № 1 (83). 2021. Электронный ресурс: http://www.drevnyaya.ru/vyp/2021_1/part_7.pdf
 8. О.Ф. Кудрявцев Русские земли на европейских картах начала XVI в. // Древняя Русь. Вопросы медиевистики. № 1 (79). 2020. Электронный ресурс: http://www.drevnyaya.ru/vyp/2020_1/part_3.pdf
 9. Р. Фрэнчер Об особенностях московской дипломатии середины XVI в.: новые источники о миссии Ганса Шлитте // Древняя Русь. Вопросы медиевистики. № 3 (77). 2019. Электронный ресурс: http://www.drevnyaya.ru/vyp/2019_3/part_9.pdf
 10. О.Ф. Кудрявцев. О некоторых стереотипах восприятия России и русских в «Записках о Московии» Сигизмунда Герберштейна // Древняя Русь. Вопросы медиевистики. № 4 (74). 2018. Электронный ресурс: http://www.drevnyaya.ru/vyp/2018_4/part_5.pdf
 11. А.А. Горский О династических связях первых московских князей // Древняя Русь. Вопросы медиевистики. № 4 (74). 2018. Электронный ресурс: http://www.drevnyaya.ru/vyp/2018_4/part_4.pdf
 12. А.П. Богданов. Почему «Третий Рим?» Арсения Суханов о месте России в мировом православии // Диалог со временем. Альманах интеллектуальной истории. Вып. 70. М.: ИВИ, 2020. Электронный ресурс: https://roii.ru/publications/dialogue/article/70_5/bogdanov_a.p./why-the-third-rome-arseny-sukhanov-on-the-place-of-russian-church-in-world-orthodoxy
 13. В.А. Болдин, А.Б. Страхов Национальное vs общеславянское в русских источниках XVII века // Диалог со временем. Альманах интеллектуальной истории. Вып. 71. М.: ИВИ, 2020. Электронный ресурс: https://roii.ru/publications/dialogue/article/71_20/boldin_v.a.,strahov_a.b./national-vs-all-slavic-in-russian-historical-sources-of-the-xvii-century
 14. В.С. Дударев «Небо еще светло, только вот тучи уже сгущаются» Россия в восприятии прусского дипломата Курда фон Шлёцера // Диалог со временем. Альманах интеллектуальной истории. Вып. 71. М.: ИВИ, 2020. Электронный ресурс: https://roii.ru/publications/dialogue/article/71_28/dudarev_v.s./the-sky-is-still-light-but-the-clouds-are-already-gathering-russia-in-the-perception-of-the-prussian-diplomat-kurd-von-schlozer
 15. Н.А. Антипин Русско-японская война 1904–1905 гг. и советские писатели: работа над прошлым // Диалог со временем. Альманах интеллектуальной истории. Вып. 66. М.: ИВИ, 2019. Электронный ресурс: https://roii.ru/publications/dialogue/article/66_5/antipin_n.a./the-russian-japanese-war-of-1904-1905-and-the-soviet-writers-work-on-the-past
 16. Е.О. Гранцева Испанские интеллектуалы и Россия начала XX века: между литературой и жизнью // Диалог со временем. Альманах интеллектуальной истории. Вып. 68. М.: ИВИ, 2019. Электронный ресурс:

https://roii.ru/publications/dialogue/article/68_12/grantseva_e.o./between-literature-and-life-spanish-intellectuals-and-russia-in-the-beginning-of-the-20th-century

17. Шильникова И.В. Продовольственный вопрос и рабочий протест в России в годы Первой мировой войны (июль 1914 г. – февраль 1917 г.) // Исторический журнал: научные исследования. № 1(37). 2021. Электронный ресурс: https://www.nbpublish.com/hsmag/contents_2021_1.html#34779
18. Костылева А.С. Восприятие «новой» иммиграции в разных слоях американского общества (конец XIX – начало XX вв.) // Исторический журнал: научные исследования. № 3(37). 2020. Электронный ресурс: https://www.nbpublish.com/hsmag/contents_2020_3.html#33099
19. Коваленко М.И. Формирование Германского таможенного союза: на пути к «Договору о таможенном объединении» 1833 г. // Исторический журнал: научные исследования. № 4(37). 2020. Электронный ресурс: https://www.nbpublish.com/hsmag/contents_2020_4.html#33580
20. Овчаренко А.О. Особенности социализации женщин в США (рубеж XIX–XX вв.) // Исторический журнал: научные исследования. № 5(37). 2020. Электронный ресурс: https://www.nbpublish.com/hsmag/contents_2020_5.html#34289

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 1: форма рубежного контроля – Составить библиографический список литературы по теме «эпоха Ивана Грозного».

РАЗДЕЛ 2. Россия и мир в XX - начале XXI вв.

Цель: владеть базовыми и специальными знаниями и навыками теоретического и прикладного характера для анализа основных тенденций развития отечественной истории в контексте мирового исторического процесса

Перечень изучаемых элементов содержания:

Международные отношения на рубеже XIX-XX вв. Первая мировая война: предпосылки, ход, итоги. Основные военно-политические блоки. Театры военных действий. Влияние Первой мировой войны на европейское развитие. Новая карта Европы и мира. Версальская система международных отношений. Новая фаза европейского капитализма. Российская экономика конца XIX –начала XX в.: подъемы и кризисы, их причины. Первая русская революция: предпосылки, содержание, результаты. Реформы С. Ю. Витте. Столыпинская аграрная реформа: экономическая, социальная и политическая сущность, итоги, последствия. Политические партии в России начала века: генезис, классификация, программы, тактика. Опыт думского «парламентаризма» в России. Альтернативы развития России после Февральской революции. Временное правительство и Петроградский Совет. Социально-экономическая политика новой власти. Кризисы власти. Большевицкая стратегия: причины победы. Начало формирования однопартийной политической системы. Гражданская война и интервенция. Основные этапы Гражданской войны. Итоги Гражданской войны. Альтернативы развития западной цивилизации в конце 20-х –в 30-е годы XX в. Лига Наций. Коминтерн как орган всемирного революционного движения. Антикоминтерновский пакт и секретное соглашение. Мировой экономический кризис 1929 г. и Великая депрессия. Приход фашизма к власти в Германии. «Новый курс» Ф. Рузвельта. «Народные фронты» в Европе. Вторая мировая и Великая Отечественная война: предпосылки, периодизация, итоги. Создание антигитлеровской коалиции. Выработка союзниками глобальных стратегических решений по послевоенному переустройству мира (Тегеранская, Ялтинская, Потсдамская конференции). Решающий вклад Советского Союза в разгром фашизма. Начало холодной войны. Создание НАТО. План Маршалла и окончательное разделение Европы. Создание Совета экономической взаимопомощи (СЭВ). Создание социалистического лагеря и ОВД. События 1968 г. Римский договор и создание ЕЭС. Продолжение европейской интеграции: Маастрихтский договор. Япония после Второй мировой войны. Создание социалистического лагеря. Значение XX и XXII съездов КПСС. «Оттепель» в духовной сфере. Контрреформы Хрущева. Стагнация в экономике и предкризисные явления в конце 70-х – начале 80-х гг. XX в. в стране. Вторжение СССР в Афганистан и его внутри-и внешнеполитические последствия. Цели и основные этапы

перестройки в экономическом и политическом развитии СССР. «Новое политическое мышление» и изменение геополитического положения СССР. Внешняя политика СССР в 1985–1991 гг. Распад СЭВ и кризис мировой социалистической системы. Распад КПСС и СССР. Образование СНГ. Либеральная концепция российских реформ: переход к рынку, формирование гражданского общества и правового государства. Конституционный кризис в России 1993 г. и демонтаж системы власти Советов. Военно-политический кризис в Чечне. Социальная цена и первые результаты реформ. Внешняя политика Российской Федерации в 1991–1999 гг. Политические партии и общественные движения России на современном этапе. Многополярный мир в начале XXI в. Глобализация мирового экономического, политического и культурного пространства. Роль Российской Федерации в современном мировом сообществе. Модернизация общественно-политических отношений. Социально-экономическое положение РФ в период 2001–2011 гг. Региональные и глобальные интересы России.

Тема 2.1. Россия в контексте мирового развития на рубеже XIX – начала XX века.

Вопросы для самоподготовки:

1. Россия на стадии монополистического капитализма.
2. Революция 1905–1907 гг. в России: расстановка политических сил, итоги.
3. Политические партии России: генезис, классификация, программы и тактика.
4. Русско-японская война 1904-1905 гг.
5. Российская империя и Первая мировая война: мировой баланс сил и национальные интересы.
6. Февральская революция 1917 года.
7. Сравнительный анализ развития промышленности и сельского хозяйства: Европа, США, страны Южной Америки.
8. Банкирские дома в экономической жизни пореформенной России.
9. Доля иностранного капитала в российской добывающей и обрабатывающей промышленности.
10. Форсирование российской индустриализации «сверху».

Тема 2.2. СССР/Россия и мир в XX-начале XXI веков

Вопросы для самоподготовки:

1. Великая российская революция 1917 г.: предпосылки, содержание, результаты.
2. Экономическая программа большевиков.
3. Политические, социальные, экономические истоки и предпосылки формирования нового строя в Советской России.
4. Мир между мировыми войнами.
5. Версальская система международных отношений.
6. Мировой экономический кризис 1929 и «великая депрессия».
7. Первая волна русской эмиграции: центры, идеология, политическая деятельность, лидеры.
8. Рабочий Социалистический Интернационал и парламентский путь к социализму.
9. Общее и особенное в экономической истории развитых стран в 20-е г. XX в.
10. Современные споры о международном кризисе 1939–1941 гг.
11. Коренной перелом в ходе Великой Отечественной и Второй мировой войны.
12. Решающий вклад Советского Союза в разгром фашизма.
13. Конфронтация двух сверхдержав – США и СССР: мир на грани войны. Карибский кризис 1962 г.
14. Научно-техническая революция и ее влияние на ход мирового общественного развития.
15. Создание государства Израиль. Арабо-израильский конфликт.
16. Проблема урегулирования конфликтов на Ближнем Востоке.
17. Экономические реформы Дэн Сяопина в Китае.
18. Диссидентское движение в СССР: предпосылки, сущность, классификация, основные этапы развития.

19. ГКЧП и крах социалистического реформаторства в СССР.
20. «Шоковая терапия» экономических реформ в начале 90-х гг.
21. Россия в начале XXI в.
22. Современные проблемы человечества и роль России в их решении

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2

Форма практического задания: эссе

Примерный перечень тем эссе к разделу 2:

1. «Можно было совершенно не соглашаться со многими идеями большевиков... но надо быть беспристрастным и признать, что переход власти в руки пролетариата в октябре 1917 г., проведенный Лениным и Троцким, обусловил собой спасение страны, избавив ее от анархии» (В. Игнатьев).
2. «Я считаю Октябрьскую революцию одним из величайших событий в истории. Она кардинально изменила все мировоззрение человечества, и сейчас не найти такого романа, такой пьесы, такой исторической или социологической работы, на которой она не сказалась бы. Ее влияние даже глубже и сильнее влияния первой Французской революции» (*Герберт Уэллс, английский писатель*)
3. «Что значит индустриализовать нашу страну? Это значит превратить страну аграрную в страну промышленную. Это значит поставить и развить нашу индустрию на новой технической основе» (И. Сталин)
4. «Коллективизация была шагом вперед. Жестоким, кровавым, но в определенном смысле закономерным» (историк Михаил Безнин)
5. «Русский не тот, кто носит русскую фамилию, а тот, кто любит Россию и считает её своим отечеством» (Антон Деникин)
6. «Белое дело начиналось почти что святыми, а кончили его почти что разбойники» (Василий Шульгин)
7. «В Советско-финской войне была и вина Финляндии» (историк Михаил Фролов)
8. «Одна из главных ошибок немцев объясняется тем, что они обманулись в своих расчетах на отсутствие сплоченности многонационального Советского государства и недооценили патриотической готовности русских драться за свою Родину» (Из английского журнала 1945 г.).
9. «Одержав победу, несмотря на колоссальные жертвы и разрушения, Советский Союз в небывалой степени увеличил свою мощь и международный авторитет» (В.П. Смирнов)
10. «Мы не можем победить Советский Союз в обычной войне. Это неприступная крепость. Мы можем победить Советский Союз только другими методами: идеологическими, психологическими, пропагандой, экономикой» (Джон Кеннеди)
11. «Запад должен сделать все возможное, иначе США и Запад рискуют выпустить из рук победу в холодной войне, которая обернется в результате поражением... Россия – ключ к успеху. Именно там будет выиграна или проиграна последняя битва холодной войны. Не может быть более высоких ставок» (Р. Никсон)
12. «К сожалению, до конца довести реформу Косыгин так и не смог по ряду причин, одной из которых – и главной, на мой взгляд, являлось отсутствие поддержки со стороны большинства членов Политбюро». (Н.К. Байбаков)
13. «Последние десять лет наша политика в отношении СССР и его союзников убедительно доказала правильность взятого нами курса на устранение одной из сильнейших держав мира, а также сильнейшего военного блока. Используя промахи советской дипломатии, чрезвычайную самонадеянность Горбачева и его окружения, в том числе и тех, кто откровенно занял проамериканскую позицию, мы добились того, что собирався сделать Президент Трумэн с Советами посредством атомной бомбы. Правда с одним существенным отличием – мы получили сырьевой придаток, а не разрушенное атомом государство» (Б. Клинтон)
14. «Главный урок Карибского кризиса — нельзя вообще допускать возникновения кризиса» (Теодор Соренсен)

15. «... Если говорить откровенно, мы еще до сих пор не изучили в должной мере общество, в котором живем и трудимся». (Ю.В. Андропов)
16. «... И, прямо скажем, мы рассчитывали, что нас на руках будет носить развитый Запад. Да нет! Это иллюзия, утопия, никто никого нигде не будет носить». (М.С. Горбачев)
17. «... Нравится вам или нет, но история на нашей стороне. Мы вас закопаем!» (Н.С. Хрущев)
18. «Давно прошло то время, когда слову президента США доверяли во всем мире, как доверяли слову Кеннеди во времена Карибского кризиса» (Збигнев Бжезинский)
19. «Перестройка в СССР возникла не в вакууме, а в контексте возрождения американской мощи» (Д. Буш)
20. Из многонациональной Россия превратилась в многострадальную (А. Минченков)

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 2: форма рубежного контроля – Посмотреть документальный фильм «Тайна трех океанов» <https://www.youtube.com/watch?v=GK2sdnZ-G1E> и написать рецензию по результатам просмотра.

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является **зачет**, который проводится в **устной** форме.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
УК – 5.	Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	Знать: - сущностные характеристики основных периодов в развитии философской мысли;- основные социальные институты, обеспечивающих воспроизводство социальных отношений в сфере физической культуры; - особенности мотивации к занятиям физическими упражнениями и спортом в группах различного возраста, пола, профессии и социального статуса; - механизмы социализации личности в спорте; - закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем; - основные исторические формы взаимодействия человека и общества, политические концепции; - различные подходы	Этап формирования знаний

		<p>к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - основные этапы и важнейшие события истории России; - роль в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории; - геополитическое положение России, ее национальные задачи во внешней политике; - роль и место российской цивилизации во всемирном историческом процессе; - периодизацию истории физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры, - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры.</p>	
		<p>Уметь: - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов; - анализировать социальные истоки и мотивацию к занятиям физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта и двигательной активности; - понимать групповую динамику и особенности межличностных отношений в группах различного социального состава, возраста и пола, занимающихся спортом и физической культурой; - правильно подобрать инструментарий для выявления эффективности профессиональной работы (занятий физической культурой и спортом), и определения уровня социального здоровья занимающихся; - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; - осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности. - понимать социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта.</p>	
		<p>Владеть: - анализом исторических источников, политических программ, общественных процессов; - социологическом анализом данных о результатах деятельности организаций физической культуры и спорта, оценкой эффективности их деятельности, прогнозирования условий и направления ее развития в социально-культурном контексте; - аргументированным доказательством социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведением теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - организацией участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
УК-5	Этап формирования знаний.	<p>Теоретический блок вопросов.</p> <p>Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал</p>	<p>1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок: (9-10] баллов;</p> <p>2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения: [8-9) баллов;</p> <p>3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала: (6-8) баллов;</p> <p>4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки: [0-6] баллов.</p>

УК-5	Этап формирования умений	<p>Аналитическое задание (<i>задачи, рефераты, эссе</i>)</p> <p>Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10) баллов;</p> <p>2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов;</p>
УК-5	Этап формирования навыков и получения опыта.	<p>Аналитическое задание (<i>задачи, рефераты, эссе</i>)</p> <p>Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.</p>	<p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов;</p> <p>4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6) баллов.</p>

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Теоретический блок вопросов:

1. Основные черты западной цивилизации.
2. Цивилизация средневековой Руси.
3. Основные факторы и этапы становления российской государственности.
4. Принятие христианства на Руси.
5. Цивилизации Западной Европы в период классического средневековья (XI-XIV вв.).
6. Европейская цивилизация в эпоху зарождения капиталистических отношений (XV-XVII вв.).
7. Исторические условия, факторы и предпосылки образования Древнерусского государства

- «Новгородско-Киевская Русь».
8. Русь в период удельной (феодальной) раздробленности: причины раздробленности, характерные черты и последствия.
 9. Борьба Руси с иноземными захватчиками. Ордынское иго.
 10. Основные факторы и явления мирового развития в XV-XVII вв.
 11. Специфика (особенности) становления и развития Российского централизованного государства в XV-XVII вв.
 12. Особенности государственного и общественного развития России в XVII в.
 13. Внешняя политика страны в период правления Ивана Грозного.
 14. «Смутное время» на Руси: причины, характерные черты, итоги и последствия.
 15. Основные факторы и явления мировой истории в XVIII в.
 16. Особенности российских преобразований в первой четверти XVIII столетия.
 17. Эпоха «дворцовых переворотов»: сущность, причины, содержание и последствия для развития страны.
 18. Преобразования Екатерины II и итоги российской модернизации к концу XVIII в.
 19. Основные факторы и явления мирового развития в XIX в.
 20. Содержание преобразований в российском обществе в первой половине XIX века.
 21. Внешняя политика России в начале XIX в. Отечественная война 1812 г.
 22. Общественно-политическая мысль в России в первой половине XIX в. Движение декабристов и его историческое значение.
 23. Реформы 1860-1870-х гг.: причины, цели и основные направления преобразований.
 24. Особенности складывания индустриального (капиталистического) общества в России во второй половине XIX в.
 25. Революционное народничество в 60-80-х гг. XIX в.: основные идеи, программные цели, организационное устройство и тактика действий.
 26. Рабочее движение и распространение марксизма в России.
 27. «Золотой век» в истории русской культуры.
 28. Россия в контексте мирового развития на рубеже XIX – начала XX века.
 29. Первая русская революция 1905-1907 гг.: причины, основные этапы, характерные черты, итоги и историческое значение.
 30. Становление партийной системы страны в конце XIX – начале XX в.
 31. Аграрная реформа П.А. Столыпина: цели, содержание, итоги историографические оценки.
 32. Влияние Первой мировой войны на внутреннее и международное положение России.
 33. Великая российская революция 1917 г. Выбор пути развития и победа Советской власти.
 34. Первые преобразования Советской власти в политической, экономической, социальной и духовной сферах жизни общества (1917-1920 гг.).
 35. Россия в период Гражданской войны и иностранной интервенции. Источники и факторы победы Советской власти.
 36. Основные факторы и явления мирового развития в 20-30-е гг. XX в.
 37. Основные направления и содержание НЭПа.
 38. Индустриализация страны в конце 20-х — 30-х гг. XX в.: сущность, целевые установки, содержание, источники и методы проведения, итоги и историческое значение.
 39. Коллективизация страны в конце 20-х — 30-х гг. XX в.: сущность, целевые установки, содержание, источники и методы проведения, итоги и историческое значение.
 40. Культурное строительство (культурная революция) в конце 20-х — 30-х гг. XX в.: сущность, целевые установки, содержание, источники и методы проведения, итоги и историческое значение.
 41. Подготовка страны и Вооруженных Сил к войне в 30-е гг. XX в.: трудности, достижения и просчёты.
 42. Источники и факторы победы советского народа в Великой Отечественной войне.
 43. Основные факторы и явления мирового развития в послевоенный период.
 44. Восстановление народного хозяйства страны после окончания Великой Отечественной

- войны: трудности, основные направления, источники, методы и средства, итоги.
45. Интенсификация экономики (1965-1982 гг.). Итоги и оценки экономической политики СССР в «предперестроечный период».
 46. Курс на перестройку советского общества, её направленность и результаты.
 47. «Холодная война» в послевоенный период планетарного развития.
 48. Кризис власти и распад СССР.
 49. Формирование новой российской государственности: основные этапы, содержание, характер и тенденции.
 50. Эволюция внешней политики России в 90-е гг. XX и в начале XXI столетий.
 51. Особенности развития цивилизаций Европы и США в Новое время.

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата/магистратуры/специалитета в Российском государственном социальном университете и Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

1. Давыдова, Ю.А. История: учебное пособие : [12+] / Ю.А. Давыдова, А.В. Матюхин, В.Г. Моржеедов. – 5-е изд., перераб. и доп. – Москва : Университет Синергия, 2019. – 205 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=495816> – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4257-0349-1. – Текст : электронный.

5.1.2. Дополнительная литература

1. История: электронное учебно-методическое пособие для внеаудиторной самостоятельной работы студентов : [12+] / сост. Г.П. Волхонская ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Колледж физической культуры, Кафедра социально-экономических дисциплин. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. – 115 с. : табл. –

Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573591> – ISBN 978-5-91930-107-3. – Текст : электронный.

2. Шапарина, О. Н. Методика обучения истории: педагогический практикум : учебное пособие : [16+] / О. Н. Шапарина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 168 с. : ил., табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=619051> – ISBN 978-5-4499-2463-6. – DOI 10.23681/619051. – Текст : электронный.

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) «История» предполагает изучение материалов дисциплины (модуля) на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров и практических занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программой дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Более подробная информация о самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы по дисциплине (модулю)», «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)».

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.
- 4.

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7
2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic
3. Справочная система Консультант+
4. Okular или Acrobat Reader DC
5. Ark или 7-zip
6. SKY DNS
7. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№ №	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
----------------	--	--------------------------------------	--

1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения дисциплины (модуля) «*История (модуля)*» в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура* используются:

Учебная аудитория для занятий лекционного типа оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроjectionное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть Интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

5.6 Образовательные технологии

При реализации дисциплины (модуля) «*История (модуля)*» применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение дисциплины (модуля) «*История (модуля)*» использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий в форме деловых и ролевых игр, разбора конкретных ситуаций в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития **профессиональных** навыков обучающихся.

При освоении дисциплины (модуля) «*История (модуля)*» предусмотрено применением электронного обучения.

Учебные часы дисциплины (модуля) «*История (модуля)*» предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках дисциплины (модуля) «*История (модуля)*» предусмотрены встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых связана с *направленностью*

реализуемой основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1	Утверждена и введена в действие решением Ученого Совета гуманитарного факультета на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. №940 и Приказом Министерства науки и высшего образования от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные образовательные стандарты высшего образования»	Протокол заседания Ученого совета факультета № 9 от «26» апреля 2022 года	01.09.2022



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«29» апреля 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Иностранный язык (МОДУЛЯ)

Направление подготовки
«Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА**

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Иностранный язык (модуля)» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата 49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

- 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;
- 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;
- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»;
- 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»;
- 05.012 Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»

Рабочая программа дисциплины (модуля) разработана рабочей группой в составе:
к.филол.н., доцент Т.И. Голубева.

Руководитель основной
профессиональной
образовательной программы к.п.н.,
доцент

Петрова М. А.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (модуля) обсуждена и утверждена на Ученом совете гуманитарного факультета
(наименование факультета)

Протокол № 9 от «26» апреля 2022 года

Зам. декана гуманитарного факультета
к.ю. наук, доцент

М. В. Афонин

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (модуля) рецензирована и рекомендована к утверждению:
К.пед.н., доцент, доцент гуманитарного факультета
РГСУ

Л.И. Тарарина

(подпись)

К. филол. н., доцент кафедры иностранных языков
№ 2
РЭУ имени Г.В. Плеханова

К.Б. Акопян

(подпись)

Согласовано
Научная библиотека, директор

И.Г. Маляр

(подпись)

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы <i>бакалавриата</i>	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	4
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	7
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	7
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	8
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	11
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	11
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	13
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	15
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	15
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	15
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	17
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	19
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	19
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	19
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	19
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	20
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	21
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	22
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	23
5.6 Образовательные технологии	23
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	44

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель дисциплины (модуля) заключается в получении обучающимися теоретических знаний об иностранном языке (английском) с последующим применением в профессиональной деятельности и практических навыков по использованию иностранного языка в тренерской, педагогической, организационно-методической направленности.

Задачи дисциплины (модуля):

1. формирование представлений о нормах изучаемого языка в традиционной общелитературной области,
2. развитие умений устной и письменной коммуникации на иностранном языке в межличностном общении.
3. развитие коммуникативной компетенции и практических навыков иноязычного общения в рамках монологичной онлайн среды, медиации, восприятия и порождения письменных текстов (академического письма);
4. знание лексических и грамматических единиц и их использования при порождении и восприятии иноязычных высказываний;
5. построение логичных высказываний (устных и письменных) в профессиональной коммуникации на базе восприятия и порождения самостоятельных текстов при чтении, письме и аудировании;
6. владение навыком преобразования иноязычных языковых форм в соответствии с медиацией в сфере профессиональной коммуникации.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы бакалавриата

Дисциплина (модуль) *«Иностранный язык (модуля)»* реализуется в *обязательной* части основной образовательной программы по направлению подготовки *«49.03.01 Физическая культура» очной, заочной* формам обучения.

Изучение дисциплины (модуля) *«Иностранный язык (модуля)»* базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися ранее в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): *«Философия(модуля)», «История (модуля)»*.

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной (модулем):

- *Технологии самоорганизации и эффективного взаимодействия*

- *Элективные дисциплины по физической культуре и спорту*

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: УК-4, в соответствии с основной профессиональной образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
Коммуникация	УК - 4.	Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)	УК – 4.2. на русском и иностранном языке: - выразить различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта.	<p>Знать: - основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения; - основные термины и понятия в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС.</p> <p>Уметь: на русском и иностранном языке: - выразить различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести</p>

				<p>беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта.</p> <p>Владеть: - деловой коммуникацией, формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта; - публичной речью (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - аргументированным изложением своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - руководства работой спортивного актива; - организацией деятельности волонтеров в области физической культуры и</p>
--	--	--	--	--

				спорта; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.
--	--	--	--	--

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 5 зачетных единиц.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		1	2		
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	90	46	44		
Учебные занятия лекционного типа	2	2			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Практические занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Лабораторные занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Иная контактная работа	88	44	44		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Самостоятельная работа обучающихся	72	17	55		
Контроль промежуточной аттестации	18	9	9		
Форма промежуточной аттестации		зачет	зачет		
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	180	72	108		

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 1		Курс 2	
		Сессия 1-2	Сессия 3-4	Сессия 1-2	Сессия 3-4
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	40	24	16		
Учебные занятия лекционного типа	2	2			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					

Практические занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Лабораторные занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Иная контактная работа	38	22	16		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Самостоятельная работа обучающихся	132	80	52		
Контроль промежуточной аттестации	8	4	4		
Форма промежуточной аттестации		зачет	зачет		
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	180	108	72		

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками									
		Самостоятельная работа	Всего	Лекционные занятия	<i>из них: в форме практической подготовки</i>	Семинарские/ практические занятия	<i>из них: в форме практической подготовки</i>	Лабораторные занятия	<i>из них: в форме практической подготовки</i>	Иная контактная работа	<i>из них: в форме практической подготовки</i>
Модуль 1 Writing online (Семестр 1)											
РАЗДЕЛ 1. Входящее тестирование. Определение индивидуального уровня владения языком и индивидуальной траектории изучения языка. Знакомство с курсами, выбор индивидуального курса.	32	8	2	2					22		
Раздел 2. В зависимости от выбранного курса обучение иностранному языку.	31	9							22		
Контроль промежуточной аттестации (час)	9										

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							Иная контактная работа из них: в форме практической подготовки	44
			Лекционные занятия из них: в форме практической подготовки	Семинарские/ практические занятия из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия из них: в форме практической подготовки						
Общий объем по модулю, часов	72	17	2	2							
Форма промежуточной аттестации	зачет										
Модуль 2 Lexis and Grammar in Writing (Семестр 2)											
Раздел 3. В зависимости от выбранного курса обучение иностранному языку.	32	18								14	
Раздел 4. В зависимости от выбранного курса обучение иностранному языку.	32	18								14	
Раздел 5. В зависимости от выбранного курса обучение иностранному языку.	35	19								16	
Контроль промежуточной аттестации (час)	зачет, 9										
Общий объем, часов	108	55								44	

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической	Семинарские/	из них: в форме практической	Лабораторные занятия	из них: в форме практической	Иная контактная работа	из них: в форме практической
Модуль 1. Writing online. (Курс 1 Сессии 1-2)											
РАЗДЕЛ 1. Входящее тестирование. Определение индивидуального уровня владения языком и индивидуальной траектории изучения языка. Знакомство с курсами, выбор индивидуального курса.	36	26	2	2						8	
Раздел 2. В зависимости от выбранного курса обучение иностранному языку.	34	26								8	
Раздел 3. В зависимости от выбранного курса обучение иностранному языку.	34	28								6	
Контроль промежуточной аттестации (час)	4										
Общий объем по модулю, часов	108	80	2	2						22	
Форма промежуточной аттестации	<i>зачет</i>										
Модуль 2 Lexis and Grammar in Writing (Курс 1 Сессии 3-4)											
Раздел 4. В зависимости от выбранного курса обучение иностранному языку.	34	26								8	
Раздел 5. В зависимости от выбранного курса	34	26								8	

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Всего	Лекционные занятия из них: в форме практической	Семинарские/ из них: в форме практической	Лабораторные занятия из них: в форме практической	Иная контактная работа из них: в форме практической			
обучение иностранному языку.										
Контроль промежуточной аттестации (час)	4									
Общий объем, часов	72	52	16						16	

РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1-2. семестр 1, 2							
Раздел 1	8	4	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	2	тест	2	Компьютерное тестирование
Раздел 2.	9	5	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	2	тест	2	Компьютерное тестирование

Раздел 3.	18	10	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	реферат	2	Компьютерное тестирование
Раздел 4.	18	10	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	реферат	2	Компьютерное тестирование
Раздел 5.	19	11	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	реферат	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по дисциплине (модулю), часов	72	40		22		10	

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1. (Сессия 1-2)							
Раздел 1.	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	тест	2	Компьютерное тестирование
Раздел 2.	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	тест	2	Компьютерное тестирование
Раздел 3.	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	реферат	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по модулю/семестру, часов	80	42		32		6	

Модуль 2. (Сессии 3-4)							
Раздел 4.	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	реферат	2	Компьютерное тестирование
Раздел 5.	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	реферат	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по модулю/семестру, часов,	52	28	-	20		4	
Общий объем по дисциплине (модулю), часов	132	70	-	52		10	

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. Входящее тестирование. Определение индивидуального уровня владения языком и индивидуальной траектории изучения языка. Знакомство с курсами, выбор индивидуального курса. Работа в монологической иноязычной языковой онлайн среде. Письменное интерактивное обсуждение тем эссе, анализ, выделение ключевых слов и составление назывного плана эссе.

Цель: определение уровня остаточных знаний и выбор оптимального учебно-методического материала для повышения уровня владения иностранным языком для формирования УК-4.

Практические навыки: приобретение навыков работы с разнообразными курсами английского языка.

Перечень изучаемых элементов содержания: уровни владения иностранным языком, международная сертификация владения иностранным языком, далее согласно выбранному онлайн курсу. См. приложение «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине»

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1

Форма практического задания: согласно выбранному онлайн курсу. См. приложение «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине».

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 1

Форма рубежного контроля – компьютерное тестирование согласно выбранному онлайн курсу. См. приложение «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине».

Раздел 2. В зависимости от выбранного курса. См. приложение «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине».

Цель: согласно выбранному онлайн курсу. См. приложение «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине»

Перечень изучаемых элементов содержания: согласно выбранному онлайн курсу. См. приложение «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2

Форма практического задания: согласно выбранному онлайн курсу. См. приложение «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине».

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 2

Форма рубежного контроля – компьютерное тестирование согласно выбранному онлайн курсу. См. приложение «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине».

Раздел 3. В зависимости от выбранного курса. См. приложение «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине».

Цель: согласно выбранному онлайн курсу. См. приложение «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине»

Перечень изучаемых элементов содержания: согласно выбранному онлайн курсу. См. приложение «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 3

Форма практического задания: согласно выбранному онлайн курсу. См. приложение «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине».

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 3

Форма рубежного контроля – компьютерное тестирование согласно выбранному онлайн курсу. См. приложение «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине».

Раздел 4. В зависимости от выбранного курса. См. приложение «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине».

Цель: согласно выбранному онлайн курсу. См. приложение «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине»

Перечень изучаемых элементов содержания: согласно выбранному онлайн курсу. См. приложение «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 4

Форма практического задания: согласно выбранному онлайн курсу. См. приложение «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине».

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 4

Форма рубежного контроля – компьютерное тестирование согласно выбранному онлайн курсу. См. приложение «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине».

Раздел 5. В зависимости от выбранного курса. См. приложение «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине».

Цель: согласно выбранному онлайн курсу. См. приложение «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине»

Перечень изучаемых элементов содержания: согласно выбранному онлайн курсу. См. приложение «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 5

Форма практического задания: согласно выбранному онлайн курсу. См. приложение «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине».

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 5

Форма рубежного контроля – компьютерное тестирование согласно выбранному онлайн курсу. См. приложение «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине».

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является **зачет**, который проводится в **устной** форме.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
УК – 4.	Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)	Знать: - основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических	Этап формирования знаний

		<p>конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения; - основные термины и понятия в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС.</p>	
		<p>Уметь: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта.</p>	<p>Этап формирования умений</p>
		<p>Владеть: - деловой коммуникацией, владения формами профессиональной речи, профессиональной</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта; - публичной речью (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - руководства работой спортивного актива; - организацией деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; - публичной защитой результатов собственных научных исследований.</p>	
--	--	--	--

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
УК-4	Этап формирования знаний.	<p>Теоретический блок вопросов.</p> <p>Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал</p>	<p>1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок: (9-10] баллов;</p> <p>2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять</p>

			теоретические положения: [8-9) баллов; 3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала: (6-8) баллов; 4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки: [0-6] баллов.
УК-4	Этап формирования умений	<p>Аналитическое задание (<i>тесты, рефераты, компьютерное тестирование</i>)</p> <p>Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10] баллов; 2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов; 3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов; 4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6] баллов.</p>
УК-4	Этап формирования навыков и получения опыта.	<p>Аналитическое задание (<i>тесты, рефераты, компьютерное тестирование</i>)</p> <p>Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.</p>	<p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов; 4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6] баллов.</p>

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Пример теста для заключительного тестирования (согласно выбранному курсу). См. приложение 2.

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата в Российском государственном социальном университете и Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

1. Кузьменкова, Ю. Б. Английский язык: учебник и практикум для вузов / Ю. Б. Кузьменкова. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 412 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15064-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/488823>

2. Курсы для среднего и продвинутого уровня (открытые, бесплатные курсы Реддингского университета, Великобритания) A Beginner's Guide to Writing in English for University Study: сайт /. — URL <https://www.futurelearn.com/courses/english-for-study> (дата обращения: 20.04.2022). — Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. — Текст : электронный.

3. Тест на уровень знания языка (открытый, бесплатный курс Кембриджского университета) <https://www.cambridgeenglish.org.ru/test-your-english/>

4. Курс для начинающих <https://mooec.com/courses/elementary-english-course> (открытый, бесплатный курс английского языка для начального уровня на MOOEC)

5. **Курсы** для подготовки к сдаче IELTS (полугодовой подготовки или короче, но тогда надо заниматься интенсивнее) издательства Pearson. Курс Academic (хорошо формирует и проверяет "базу") <https://www.pearson.com/english/catalogue/exam-prep/focus-on-ielts.html> Для

общей подготовки есть курс General от издательства MacMillan: Focusing on IELTS: General Training. Эти курсы все есть в Букхантере, и к ним можно попросить методические разработки для самостоятельной подготовки. Букхантер - <http://eshop.bookhunter.ru/> . Интерактивные курсы представлены на сайтах:

- https://www.futurelearn.com/experttracks/ielts-preparation?utm_source=RakutenMarketing&utm_medium=Affiliate&utm_campaign=3372305:Digital+Defynd&utm_content=10:1&utm_term=UKNetwork&ranMID=42801&ranEAID=vedj0cWlu2Y&ranSiteID=vedj0cWlu2Y-gcj4_ukazyYK5d5vQb8_oQ
- <https://www.futurelearn.com/courses/cambridge-english-ielts>
- <https://www.idp.com/global/ielts/prepareforielts/>
- Видеоуроки на сайте: <http://ww25.legacy.australianetwork.com/?z>

6. Курс для итогового тестирования для зачёта Navigate Oxford university press
<https://elt.oup.com/student/navigate/?cc=ru&sellLanguage=ru>

5.1.2. Дополнительная литература

1. Аитов, В. Ф. Английский язык (A1—B1+): учебное пособие для вузов / В. Ф. Аитов, В. М. Аитова, С. В. Кади. — 13-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 234 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07022-4. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491695>

2. Английский язык для академических целей. English for Academic Purposes: учебное пособие для вузов / Т. А. Барановская, А. В. Захарова, Т. Б. Поспелова, Ю. А. Суворова; под редакцией Т. А. Барановской. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 220 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13839-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489787>

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная	Библиотека предоставляет доступ более чем к	https://grebennikon.ru/

библиотека "Grebennikon"	30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	
-----------------------------	--	--

- https://www.futurelearn.com/experttracks/ielts-preparation?utm_source=RakutenMarketing&utm_medium=Affiliate&utm_campaign=3372305:Digital+Defynd&utm_content=10:1&utm_term=UKNetwork&ranMID=42801&ranEAID=vedj0cWlu2Y&ranSiteID=vedj0cWlu2Y-gcj4_ukazyYK5d5vQb8_oQ
- <https://www.futurelearn.com/courses/cambridge-english-ielts>
- <https://www.idp.com/global/ielts/prepareforielts/>
- Видеоуроки на сайте: <http://ww25.legacy.australianetwork.com/?z>
- Курс для итогового тестирования для зачёта Navigate Oxford university press
<https://elt.oup.com/student/navigate/?cc=ru&selLanguage=ru>

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) «*Иностранный язык*» предполагает изучение материалов дисциплины (модуля) на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программой дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Ежедневно выполняйте задания согласно программе курса и подгружайте результаты пройденных недель в виде скриншотов в СДО (в разделы «Практическое задание к Разделу...», «Рубежный контроль к разделу...», в ИПЗ и т.д.). Задавайте вопросы тьютору по сути и содержанию Вашей работы в курсах.

По окончании онлайн курса Вы сдадите зачет.

Более подробная информация о самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы по дисциплине (модулю)», «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)».

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.
4. Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией работников, ее использующих и поддерживающих. Электронно-библиотечная система и электронная информационно-образовательная среда обеспечивают одновременный доступ обучающихся по программе бакалавриата. Рабочая программа обеспечена специализированными периодическими изданиями, доступными с компьютеров в сети Университета на сайте Научной библиотеки (lib.rgsu.net: (http://lib.rgsu.net/resouces/podpisres/) в разделе «Подписные полнотекстовые ресурсы». Также обучающиеся могут пользоваться отдельными изданиями электронно-библиотечной системы «Библио-онлайн» (издательства «Юрайт»).

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7
2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic
3. Справочная система Консультант+
4. Okular или Acrobat Reader DC
5. Ark или 7-zip
6. SKY DNS
7. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/

2.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения дисциплины (модуля) *«Иностранный язык (модуля)»* в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура* используются:

Учебная аудитория для занятий лекционного типа оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), а также (при наличии) демонстрационными печатными пособиями (указать какими, например, таблицы «Основная грамматика английского языка»), экранно-звуковыми средствами обучения (CD «Разговорный английский»), демонстрационными материалами (комплект демонстрационных материалов (фолий) «Страноведение. США»), видеофильмами DVD (Английский язык).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть Интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

5.6 Образовательные технологии

При реализации дисциплины (модуля) *«Иностранный язык (модуля)»* применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение дисциплины (модуля) *«Иностранный язык (модуля)»* использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий в форме деловых и ролевых игр, разбора конкретных ситуаций в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития **профессиональных** навыков обучающихся.

При освоении дисциплины (модуля) *«Иностранный язык (модуля)»* предусмотрено применением электронного обучения.

Учебные часы дисциплины (модуля) *«Иностранный язык (модуля)»* предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках дисциплины (модуля) *«Иностранный язык (модуля)»* предусмотрены встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых связана с *направленностью*

реализуемой основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1. Методические указания к самостоятельной работе по курсу «Академический английский»

Задания курса выполняются последовательно. К ним можно вернуться и проработать дополнительно со словарём, либо в интерактивной беседе с тьютором в комментариях к заданиям непосредственно на онлайн платформе. Изучаемые элементы содержания каждой темы содержат контент в виде видеофайлов, справочных материалов и необходимых транскриптов в формате .pdf, который можно скачать для автономной работы. Все материалы доступны на соответствующих страницах изучаемых элементов содержания.

Перечень изучаемых элементов содержания

0. Welcome to week 1. Introductory video (with the transcript to download).
1. What is your main reason for taking the course/ Intro testing.
2. How to get the most out of the course. Instructions.
3. What do you think academic writing is? Discussion in the comments.
4. The key features of academic writing. Video (with the transcript to download).
5. What ideas would you include in the essay. Discussion in the comments.
6. Developing essay ideas. Video (with the transcript and materials to download).
7. Patterns. First attempt. Comment on it.
8. What ideas were included? Video (with the transcript and materials to download).
9. Strengths and weaknesses. Video and discussion. Video (with the transcript to download).

Тема 2. Organizing your ideas effectively.

Цель: анализ иноязычного текста в части: орфографических норм, организации, выкладки, основной идеи, ключевых слов, структурных особенностей.

Перечень изучаемых элементов содержания

1. Patterns. Second attempt. Comment on the text given.
2. Examining improvements. Video (with the transcript to download).
3. Main ideas. Exercises to download.
4. Review. Examining improvements. Video (with the transcript and answer key to download).
5. Test your knowledge quiz.
6. Write your own para practice.
7. What next? Instructions to week 2.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1

Форма практического задания: текстовые упражнения, лексико-грамматический перевод, эссе.

Перечень примеров текстов курса для чтения и перевода к разделу 1

Introductory notes

Watch this video to find out what you will learn over the next five weeks and how you should approach this course.

The transcript file is a written version of what is said in the video. All of the videos in this course will include a transcript, so if you find it difficult to understand what is being said, you can read along. You can view the transcript underneath each video by clicking in the **view transcript** button in the bottom left corner of each video. Or you might find it helpful to [download the transcript](#). For all other transcripts, you can download these at the bottom of the relevant video Step.

If you are having trouble streaming the videos online, you can always download them by clicking the link in the bottom right hand corner of the video.

Let us know why you are taking this course by selecting the most relevant option in the poll below.

This poll is managed by FutureLearn and the results will not be used outside of the course. All the responses are anonymous. The aggregated results will be displayed in the Step for you to discuss in the comment area below.

This may be the first course that you have undertaken on FutureLearn, or perhaps it is the first course you have taken online. Don't worry: the platform is designed to be easy to navigate.

There are three icons at the top of each Step:

1. The first is a **to do list** which shows all the Steps for that week. You can take a look ahead to see what's coming up in the following weeks and if you don't manage to complete all the Steps in a week, you are always able to catch up.
2. The second icon allows you to see any recent **commenting activity** on this course.
3. The third icon takes you to your **progress page**. Don't forget to mark each Step as complete as you work through the course so that you can track your progress.

Each week there will be a number of videos, articles and discussions that encourage you to share your own thoughts.

If you are using a laptop or desktop computer to access this course, we suggest that you open any external links within the Steps by holding the 'ctrl' button on your keyboard and selecting the link, so that they open in a separate tab.

You might also like to read [five tips and tools for social learning on FutureLearn](#) to help you get the most out of the platform's social learning features. If you still have questions have a look at the list of [FAQs](#). If it hasn't been answered there, please don't hesitate to click the support tab in the bottom right of each Step to let us know what you think.

Being able to write well in English is a big part of this course, so let's get some practice! Introduce yourself in the discussion below and answer the following two questions in your post:

- **What are your experiences so far of writing in English?**
- **What do you think academic writing is?**

Remember, you can 'Like' and reply to comments made by other Learners. You can also filter comments to see those that are 'Most liked' and find your own by selecting 'My comments'.

Understanding the video

Hi. Welcome to the Beginner's Guide to Academic Writing for University. My name is Steve Thomas. And I teach EAP, English for Academic Purposes, here at the University of Reading. This course is all about writing. We know there are lots of people like you from countries all around the world who would like to take a degree in English. But you're worried that your English isn't good enough. Well, this is the beginner's guide. So your writing skills only need to be good enough for a preuniversity course. If you know IELTS, that's about IELTS 4.5. But even if your writing skills are stronger than this, we still think this would be a useful course for you. In fact, this week we'll be showing you the very first piece of writing that a student did on our course a few years ago. And then we'll show you the final piece of writing he did at the end of the course. And you'll be able to see just how much he was able to improve in a few short weeks. The student's name is Xiao. And he went on to complete his undergraduate degree here at University of Reading and then take a master's. And he's currently taking a PhD. At the University of California in Los Angeles in the United States. If you follow this course closely, we think that you'll be able to make the same kind of improvements that Xiao has. It won't make you an expert writer. But what it will do is give you a solid base for you to build on in the future. Together with my colleagues, Anne Vicary and Sebastian Watkins, we'll be showing you how to write with good academic style, how to organise your ideas effectively. And we'll also be working on some of the most important areas of grammar. There will be plenty of practice activities. And by the end of the course, you'll have written a complete essay, which you'll be able to share with your fellow students. You'll receive feedback on that writing. And hopefully you'll be able to give useful feedback to others. So let's meet Anne and Seb. Hello, my name's Anne. And I'm a teacher of English for Academic Purposes at the University of Reading. I want to talk to you about how to approach this course. Firstly, make sure you do all the exercises. Try and do them in the right order. Try and have a go at not looking at the answers before you've actually done the exercises. Secondly, it's really important that you have a go at posting to the discussion board because in that way you're going to learn more. So put your ideas on the discussion board. Don't be scared. And give feedback to the other students whenever you want. Hello, my name's Seb Watkins. And I'm an

academic writing tutor at the University of Reading. I'll be working with you more closely in weeks two and four of this course, when we look at essay organisation and the stages in writing an essay. A beginner's guide to writing in English for university study ©University of Reading 2017 Tuesday, 28 March 2017 Page 2 During the course, we'll ask you to do a range of activities. Some of these will be online. And some of them will be paper based. You'll be able to check your answers to the activities and tasks we give you as you go along. Good luck, and I hope you enjoy the course. OK, you've met the team. And now we'd like to meet you. The first activity is for you to get used to using the discussion board. So introduce yourself, and then answer a couple of questions. Enjoy the course.

THE KEY FEATURES OF ACADEMIC WRITING Video transcript

You've just shared your ideas on the features of academic writing and had a look at what other students have had to say. You've probably read comments about academic writing, discussing complicated ideas, using perfect grammar with good vocabulary, giving evidence to support your points, being well organised, being formal, and so on. And we'll look at most of those areas on this course. But the features of academic writing can really be put into three main categories. That is content, organisation, and language. Content refers to the main ideas and information you want to give in your essay. What are the main points you want to make? What evidence-- that is, details and examples-- can you give to support your main points? Content is really the reason for writing in the first place and will obviously determine how well you answer the question. So it's important to think carefully about it. Organisation refers to how well you arrange those ideas. Are the paragraphs well structured and in a logical order, well linked together? Is there an introduction that hooks in the reader and makes them want to read your writing and a good conclusion at the end to remind the reader of your main points? Finally, language-- is your essay well written with accurate grammar, good spelling, and in a formal academic style? This week, Anne is going to talk to you about the first of those areas, content, in a bit more detail.

Текстовые упражнения к разделу 1:

Discuss the differences between the way of life in your country now and the way of life in the past. China is an interesting country with a long history. China is developing very fast nowadays through the government and people's hard work. Many aspects of life have changed in the last fifty years, some changes are good and some are bad. China is better than before. This essay will explain changes in the country.

Firstly, people's standard of living is higher than before. People's lives were very bad after the Second World War. People were poor because the country was poor. There was no food, no electricity and it was hard to buy anything in shops. Because of no food, the government had to make a rule, each person could only buy five kilos of rice per month. In people's homes, there was no television or telephone. Since those days, China has industrialised. It has created jobs and opportunities for people in cities such as Shanghai and Beijing and increased building work, exports and profits. China opened its doors to the world. The Olympic Games came to China in 2008. Nowadays, there is enough food for everyone, and families have comfortable homes, televisions, internet access, personal computers and mobile phones. People can buy anything they want in the shops.

Other improvements have happened in education and everyday behaviour. In school, students are now learning English and modern ideas which come from other countries whereas in the past they spent time learning how to speak the old Chinese language. Teachers did not teach Science subjects in those days. There are new customs too. For example, in the past, couples usually got married at home and wore red clothes but now they can marry in church and wear western-style clothes. Wives no longer usually had jobs, they worked at home, they always obeyed their husbands. They never said: 'no' when the man said: 'yes'. But, nowadays, Chinese women can have an important job and hold their own opinion.

There are some negative changes, such as the number of cigarette smokers has increased and children do not work as hard as before because their lives are easy. Both parents now work to have a good standard of living and they have no time to spend with family.

It is clear that China has changed greatly over the last fifty years, and it will continue to improve.

Post your comments on how Xiao's essay has improved in the discussion below. Again, think about the development of his ideas, the organisation and the language.

Тестовое задание:

Test your understanding of main ideas and supporting evidence by completing this exercise. The answers are available on a separate sheet. Read the sentences below. In each sentence, there is an idea which is

supported by evidence. Underline the main idea in red and the supporting evidence in blue to show how Xiao has developed his ideas. Please note: these sentences were written by Xiao and as such may contain some mistakes. 1. People's lives very bad after the Second World War. People were poor because the country was poor. There was no food, no electricity and it was hard to buy anything in shops. 2. Since those days, China has industrialised. It has created jobs and opportunities for people in cities such as Shanghai and Beijing and increased building work, exports and profits. 3. Other improvements happen in education and everyday behaviour. In school, students are now learning English and modern ideas which come from other countries whereas in the past they spend time learning how to speak the old Chinese language. 4. There are new customs too. For example, in the past, couples usually got married at home and wore red clothes but now they can marry in church and wear western clothes. 5. There are some negative changes, such as the number of cigarette smokers has increased and children do not work as hard as before because their live are easy.

Обязательная часть курса – обратная связь. Образец текста обратной связи:

You have reached the end of Week 1! How have you found this week? What did you enjoy the most? We'd love to hear your thoughts - please share any feedback in the comments section.

You should now be able to identify the key features of an academic essay and will have considered techniques for developing the organisational structure, language and content of an essay.

[Week 2](#) will look at how to organise a complete essay, and at what writing in an impersonal style means. You will also look at choosing an essay title so you can begin to develop your own essay, and put these new skills into action.

Don't forget to mark this Step as complete, and then head on over to the first Step in [Week 2](#).

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 1: форма рубежного контроля – компьютерное тестирование. Выдержка из образца теста:

Quiz rules

Quizzes do not count towards your course score, they are just to help you learn

You may take as many attempts as you wish to answer each question

You can skip questions and come back to them later if you wish

Which of the following are features of a good paragraph? There may be more than one correct answer.

Select all the answers you think are correct.

Having more than one focus in the paragraph.

Giving examples to support your points.

A link to the previous paragraph.

Question 2

How important is it to analyse the question very carefully to make sure it is being answered?

Extremely important – the question should be answered precisely.

Quite important – as long as the topic is covered the content is flexible.

Not very important – good writing is the most important thing.

If there are a large number of errors, it is harder for the reader to understand your points.

Текст-опросник. Образец текста:

Think about the essay title from this week:

“Discuss the differences between the way of life in your country now and the way of life in the past”

Choose one idea of how life in your country now is different from the past. Think of some examples or details to support your point. Write one paragraph about this change and post it in the comment area below.

Once you have written your paragraph, read through some posts by other participants. Is life in their country similar to your own, or is it different? Leave a comment about the differences, similarities and paragraph organisation.

Remember, you can 'Like' and reply to other Learners' comments.

After you have written your paragraph, you may like to select the continent you live in, in our optional poll, so we can see the numbers of learners around the world.

This poll is managed by FutureLearn and the results will not be used outside of the course. All the responses are anonymous. The aggregated results will be displayed in the Step for you to discuss in the comment area below.

РАЗДЕЛ 2. Essay structure and organization.

Тема 2.1. How to structure an essay.

Цель: анализ структуры эссе.

Перечень изучаемых элементов содержания

Welcome to week 2. Introductory video (with the transcript to download).

Essay organization. Video (with the transcript to download).

Essay organization. An example. Article (with materials to download).

Analysis of the five different essay sections. Video (with the transcript to download).

Analysing the organization of an example essay. P.1. Article.

Analysing the organization of an example essay. P.2. Article. The links within the essay. Video (with the transcript to download).

Parts of the essay quiz.

Тема 2.2. Developing your own essay.

Цель: проработка регистров письменного общения (функциональных стилей), лексико-грамматическое наполнение письменной речи.

Перечень изучаемых элементов содержания

Reordering an essay. Quiz.

Reordering an essay. Article. (with materials to download).

Choosing a title. Article. (with materials to download).

What does writing in an impersonal style mean. Article. (with materials to download).

Writing in an impersonal style. Quiz.

What essay title would you choose and why? Discussion in the comments.

What next? Article.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2

Форма практического задания: текстовые упражнения, лексико-грамматический перевод, темы для беседы, эссе.

Примерный перечень текстов для чтения и перевода к разделу

The essay example from the 'Essay organisation' step in Week 2

Discuss the reasons why people choose to live in Reading Reading is a large town in south-east England with a population of 147,300. It is about halfway between London and Oxford. Some people were born in Reading, and they stay because of their family and friends. Other people, however, have relocated for personal reasons; perhaps they want to take up a new job opportunity or be near their social circle. This essay will discuss two common reasons why some people choose to live in Reading: to improve the quality of their family life and to study. Reading offers the opportunity for a good work-life balance. It is only 25 minutes from London by train, but the environment is clean, houses are cheaper and there are many leisure opportunities for families. There are parks and pools in the town and the countryside is only a short car

drive away. Shopping is also a growing attraction. The number of retail outlets has increased by one third since the opening of the 'Oracle', a new shopping complex, in 1999. The town also has a library, many places of worship, a theatre, a concert hall, an art gallery, a museum, two cinemas, a football stadium, and many restaurants. These facilities mean that local people of all ages have places to go. Many people also come to Reading to study at a language school or at the university. They may choose Reading because the university has an excellent reputation, a beautiful campus and offers a high level of support to its students. Alternatively, the reasons may be more practical. Transport is efficient; there is easy access to London and Heathrow Airport. Accommodation is fairly easy to find and cheaper than London. Job opportunities are also good. Many students take up part-time work, even if English is not their first language. In conclusion, people live in Reading for their own individual reasons. For some people, Reading represents a lifestyle choice, and for others it offers opportunities to study. With its good employment prospects, ideal location, wide range of leisure facilities, interesting educational opportunities and excellent transport links, it will no doubt continue to be a popular place to live in the future.

ESSAY ORGANISATION Video transcript

Because organisation is such an important part of academic writing, we will focus first on showing you the different parts or sections of a typical essay. The essay you will read is on this title, "discuss the reasons why people choose to live in Reading". Reading is the name of a town in the United Kingdom. As you can hear, it's different from the pronunciation of reading-- as in reading a book-- although the spelling is the same. Now, look at the ideas I had before I wrote this essay. Why do people choose to live in Reading? Well, they might choose to live there, because their family and friends live there. There are also job opportunities in Reading. Another reason is that house prices are cheaper than in London. It's also a quiet and clean environment. There are also many leisure facilities for the family, things for them to do, such as sport or shopping. Later, we're going to analyse my essay in more detail, looking at the different sections and how the essay is organised.

THE LINKS WITHIN AN ESSAY Video transcript

In an essay, the thesis statement, the paragraph leaders, and the summary, and the conclusion should all be closely linked so that the essay is coherent. If you look at the thesis statement in the introduction of the essay on Reading, you'll see that the key ideas for why people live in Reading are family life and opportunities to study. If we then look at the paragraph leader of the first paragraph-- "Reading offers the opportunity for a good work-life balance"-- good work-life balance relates back to the idea of family life. If we then look at a paragraph leader of the second paragraph-- "many people also come to Reading to study at a language school or at the University"-- the idea of study links back to the idea of study in the thesis statement. If we then look at the conclusion to the essay, the summary reads, "in conclusion, people live in Reading for their own individual reasons. For some people, Reading represents a lifestyle choice, and for others, it offers opportunities to study." So the idea of lifestyle choice links back to the idea of family life, and study links back to the idea of opportunities to study.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 2: Форма рубежного контроля – компьютерное тестирование. Выдержка из образца теста.

When you write your essay, you need to use an impersonal style, as you are writing objectively about impersonal topics.

Select all of the sentences below that are written in an IMPERSONAL/FORMAL style.

Select all the answers you think are correct.

I live in Tokyo, the capital city of Japan, which is on the east coast of the country. I travel around easily.

Tokyo, the capital city of Japan, is located on the east coast of the country. The transport system is efficient.

People use their own cars instead of taking the bus, and as a result there is more air pollution.



We use our own cars instead of taking the bus, so we create more air pollution.



In Bangkok there are traditional wooden houses along the river.



In Bangkok you can see traditional wooden houses along the river.

Образец текстового задания к рубежному контролю 2

Considering what you have learnt in the last few Steps, share your essay title ideas in the discussion below.

Remember that your essay title should begin: Discuss the reasons why ...

What would your essay title be? Why have you chosen this topic? In week 4, you will need to finalise your essay title, so that you can write your essay.

Remember, you can 'Like' and reply to other Learners' comments and don't forget to take a look at your Replies to see if anyone has responded to your comments.

РАЗДЕЛ 3. Using academic language

Тема 3.1. Language focus Part 1.

Цель: Активизация лексико-грамматических умений и навыков.

Перечень изучаемых элементов содержания

Перечень изучаемых элементов содержания

Welcome to week 3. Introductory video (with the transcript to download).

Writing about facts and activities. Video (with the transcript).

Permanent fact or repeated activity. Quiz.

The present simple. Quiz.

Presenting new information. Video (with the transcript).

Using there is/there are (with materials to download).

Writing about your home town. Discussion.

Describing situations in general. Video (with the transcript).

Using plural nouns. Quiz.

Writing about groups of people. Article.

Using quantity expressions. Quiz.

Тема 3.2. Language focus Part 2.

Цель: Активизация лексико-грамматического материала в письменной речи.

Перечень изучаемых элементов содержания

Describing temporary situations. Video (with the transcript to download).

The form of the present continuous. Article.

Present simple or present continuous? Quiz.

Writing longer sentences. Video (download the transcript).

Compound sentences and linking words. Article.

Complex sentences and subordinators. Article.

Compound and complex sentences/ Quiz.

Writing exercise. Discussion.

What next? Article.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 3

Форма практического задания: текстовые упражнения, лексико-грамматический перевод, темы для беседы, эссе.

Примерный перечень текстов для чтения и перевода к разделу 3

PRESENTING NEW INFORMATION Video transcript

Writers often use *there is* or *there are*, to present new information to the reader. After the new information is presented, more information about it is usually given in the rest of the sentence or in the next sentence. I'll give you an example. "In the UK, there is a small town called Windsor, which has a famous castle." The writer thinks that the reader might not have heard of Windsor. So it begins by introducing the reader to the place and then adding more information. In this next example, the writer wants to open a new topic for discussion so begins by introducing the topic to the reader. "There are many reasons why people should learn English." The writer then adds more information in the new sentence. "The first reason is--" and then, it's going to go and continue that sentence. In these examples, a noun is used after *there is* and *there are*. There may also be an adjective before the noun, such as a small town. And for plural nouns, we use *there are* instead of *there is*. So we say, *there are*. For singular nouns, we use the singular of the verb *to be*. So we say, *there is*. Now have a go at the exercises which follow.

DESCRIBING SITUATIONS IN GENERAL Video transcript

In academic writing, you often need to write in an impersonal way about people or things in general. It's quite common to use a plural noun without "the" to do this. For example, in the sentence: "Students usually make friends easily." This means: "In general, students make friends easily." or "Most students find it easy to make friends." We take another example, "Families are wealthier than before." This means, "In general, families are wealthier than before." or "Most families now have more money than they had in the past." Now have a go at making the following paragraphs apply to people or things in general.

WRITING LONGER SENTENCES Video transcript

In academic writing, it's good style to use a variety of sentence types. But first of all, you need to understand what a clause is. A clause contains at least a subject and a verb. For example, the lecture finished. The 'lecture' is the subject, and 'finished' is the verb. And that's a very short clause. But we could make a slightly longer clause. Biology concerns the study of living organisms. So 'biology' is the subject, 'concerns' is the verb, and 'the study of living organisms' is just the rest of the clause, but it's still one simple clause. Now when you make different sentence types, you're going to have different numbers of clauses in the sentence. So let's start off with a simple clause. A simple clause is just like the one the lecture finished. It's just a subject and a verb and then a full stop. So I'll give you another example. Bananas grow in hot countries. One subject, 'bananas'. 'Grow' is the matching verb. 'In hot countries' is just the rest of the clause. Another type of sentence is called compound, and this has two simple clauses joined together with a comma and a short linking word. And the short linking words can be any of 'and', 'but', 'so', or 'or'. And I'll read you a compound sentence, and you can see how it works. This is the beginning of a worldwide epidemic, and the situation is very worrying. 'This' is the subject, 'is' is the verb for the first clause, and we've just a comma and a short linking word, and then we've got a new clause: 'the situation' is the subject, and 'is' is the verb. I'm also going to introduce you to a third type of sentence, which is called a complex sentence. Now, this has one simple clause, like we've looked at already, and it has an extra clause starting with a word called a subordinator. Now, these are words like 'because', 'although', 'whereas', which show a relationship between the two clauses. So for example, Jogging increases the heart rate because the heart is working hard to pump more blood around the body. So we've got two clauses there. 'Jogging increases the heart rate'. 'Jogging' is the subject, 'increases' is the verb. That's one simple clause. And then we've got the subordinate clause starting with 'because'. 'The heart' is the subject, and 'is working to pump' is the verb. And that subordinate clause gives us the reason why jogging increases the heart rate. So it shows the relationship between the second clause and the first clause. In another example: Whereas jogging increases the heart rate, yoga improves flexibility and balance, we're comparing there, the benefits of jogging and yoga. Now, the subordinator 'whereas' allows us to do that. So in this sentence, we're putting it at the beginning. So 'whereas jogging increases the heart rate' – that's the subordinate clause -- 'yoga improves flexibility and balance' -- that's the main clause. So 'jogging' is the subject, 'increases' is the verb of the subordinate clause, and 'yoga' is the subject and 'improves' is the verb of the main clause. It's a good tip to think that the subordinate clause is the clause which begins with the subordinator. You can see that if the subordinator is in the middle of the sentence, there's no comma. But if the subordinator is at the beginning of the sentence, it's a good idea to put a comma after the first clause.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 3: Форма рубежного контроля – компьютерное тестирование

Выдержка из тестового задания.

Choose the answer below that correctly fills the gap in this sentence:

The cost of petrol is rising, _____ more people are using public transport to save money.

so

but

Choose the answer below that correctly fills the gap in this sentence:

The government should decide whether to ban smoking completely, _____ allow people the freedom to choose to smoke if they want to.

and

Or

Образец текстового задания к рубежному контролю 3.

Now it's your chance to do some writing. We would like you to write a paragraph about your home town and post it on the discussion below.

You should try to focus on one aspect of your home town and write about it. For example, you could write a paragraph about one of the following:

the way people spend their free time

the reasons why people live there

the changes that are happening

the reasons why people visit it.

You will be limited to 1,200 characters (a character is a letter, punctuation mark or space). You should try to write a topic sentence at the start of your paragraph. Remember to write in an impersonal style.

You might find it helpful to look back at the examples from this week or the two main body paragraphs from the essay about Reading in [Essay organisation - an example](#).

Once you have written your paragraph, please take some time to read the paragraphs that others have written. You could even 'Like' those that you think are well written.

РАЗДЕЛ 4. The stages of writing an essay

Тема 4.1. Preparing your essay.

Цель: Активизация лексико-грамматических навыков иноязычного письма.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Welcome to week 4. Introductory video (with the transcript to download).

The stages of writing an essay. Video (transcript to download)

How to analyse the title. Video (transcript to download)

Collecting all the ideas you have. Video (with the transcript to download)

Deciding which ideas and evidence to use. Video (with the transcript to download)

Writing your plan.

Тема 4.2. Writing the first draft.

Цель: анализ, написание назывного плана и оформление работы.

Перечень изучаемых элементов содержания

Chaohua's first draft. Article.

Evaluating Chaohua's first draft. Part 1.

Evaluating Chaohua's first draft. Part 2.

Feedback on language. Part 1. Discussion.

Feedback on language. Part 2. Audio
Writing your first draft.
What next? Article.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 4

Форма практического задания: текстовые упражнения, лексико-грамматический перевод, темы для беседы, эссе.

Примерный перечень текстов для чтения и перевода к разделу 4

THE STAGES OF WRITING AN ESSAY Video transcript

There are different stages of planning and writing an essay. Look at these stages. What order do you think they go in? Well, first of all, you would analyse the title. Secondly, you'd collect all the ideas you have. Next, you'd draw a diagram to show which ideas and evidence to use. Then, you'd write your plan. After that, you'd write your first draft, which is your first attempt at the essay. Then you might ask for feedback on your first draft. And then, you would write your final draft. We'll now go through each of these stages. We'll ask you to work on your own essay as we go along. It's important that you work through each stage carefully and in order. Don't rush ahead. We're going to follow the example of one of our students, Chaohua from China. For each stage, we'll first look at how Chaohua completed the stage with her essay, and then ask you to work through that stage with your own essay.

HOW TO ANALYSE THE TITLE Video transcript

In week two, we asked you to choose a title for your own essay beginning with the words discuss the reasons why. The first thing you need to do is analyse your title. In week two, we ask you to find the hidden question in the essay title, Discuss the reasons why people choose to live in Reading. And the hidden question for that essay title was, why do people choose to live in Reading? Now look at the essay title which our student Chaohua chose. Discuss the reasons why increasing numbers of young children are learning English early in China. What's the hidden question in Chaohua's title? Her hidden question is: why are increasing numbers of young children learning English early in China? Now look at your own title. What's the hidden question in your essay title?

COLLECTING ALL THE IDEAS YOU HAVE Video transcript

The next step is to write down all the ideas you have which answer the question in your essay title. Think about the main ideas. You may not use all these ideas in your essay. But it's best to note down all the main points you might include at this stage. Look at the main ideas Chaohua wrote down for her essay. The ideas she first thought of were, English is the main language internationally, children like learning languages, English is an easy language to learn, children learn languages more quickly than adults, the government wants its citizens to be more international, parents care about their children and want them to succeed in life. Now write down all the main ideas which you think you might include in your essay.

DECIDED WHICH IDEAS AND EVIDENCE TO USE Video transcript

Take the ideas which you think are the most useful and interesting, and decide how you will organise them in a way which will answer the hidden question in the title. You may decide that you do not want to use all the ideas which you collected. Do not forget to think about evidence. Remember that evidence means details, examples, and facts which you can use to support your ideas and your writing. Look at how Chaohua organised her diagram. First, she decided on the main ideas that she wanted to include in her essay. She didn't include all the ideas that she first thought of. She decided that the government wants its citizens to be more international was included in the idea English is the main language internationally. She rejected the point that English is an easy language to learn, as she thought this may not actually be true, and it's not a strong enough reason. She's decided that children like learning languages could be included in the idea children learn languages more quickly than adults. She decided to keep the idea that parents care about their children and want them to succeed in life. Next, she decided to add some details and examples to support her main points. For English is the official language internationally, some examples might be business, politics, and science. And the consequence of this is that more and more

people need to learn English for their future jobs, so they need to start young. For children learn languages more quickly than adults, an example might be that if a child lives in another country, he can learn to speak three or four other languages quickly. For the idea that parents care about their children and want them to succeed, the result would be that they want their children to study hard and learn English at a young age. So you can see she's expanded on her main points and given more examples and details. A beginner's guide to writing in English for university study ©University of Reading 2017 Wednesday, 29 March 2017 Page 2 to support those points. Now decide on the main points you want to include in your essay. Try and reduce this to three main points. These will form the main ideas of each of your paragraphs. Like Chaohua you may decide to reject some of your ideas or to combine some of the ideas together. Also, start to add some examples and details to support your main points. These will be the content of the main body of each of your paragraphs.

FEEDBACK ON LANGUAGE Audio transcript Let's take a look at her first mistake. 'Most of primary school are begin to teach English.' This should be 'most primary schools are beginning to teach English'. We don't need the 'of' with 'most'. And 'primary school' should be plural, as she's referring to primary schools in general. Also, she's tried to use the present continuous, but you need I-N-G at the end: 'are beginning'. Let's look at the next point. Chaohua wrote, 'some children start to learn English'. But again, she's talking about a temporary situation or a changing situation, so she should have used the present continuous here. 'Some children are starting to learn English'. In the next sentence, she wrote, 'it also have many language schools'. But she should have put, 'there are also many language schools', as she's introducing a new idea. In the next paragraph, 'the majority of country' should be 'the majority of countries', as she's referring to more than one country. Below, she wrote, 'if you do well in English, you can get a good job'. But as we saw before, it's better to use an impersonal style. For example, 'if people do well in English, they can get a good job'. In her next paragraph, she wrote that 'young children are studying language better than adults'. But here she should use the present simple, as she's referring to a permanent situation or a situation that is always true. Next, she wrote, 'if a young child live in many different countries'. But the subject-verb agreement means that she should have written, 'a young child lives in many different countries', as she's just talking about one child. Later, she wrote, 'more and more young children start to learn English'. But she's talking here about a changing situation, so she should use the present continuous. 'More and more young children are starting to learn English.' In her conclusion, she wrote, 'more and more young children learning English far early'. She needs the verb 'to be' here to form the present continuous correctly. 'More and more young children are learning English'. Finally, she says, 'I think there will be more people to study English in future'. As we saw, it's better to use an impersonal and objective style in academic writing. So she could omit 'I think' to make it more impersonal.

Примерный перечень заданий к тексту к разделу 4

You now need to write a plan for your essay based on the diagram you have drawn. We suggest that your essay should have two or three paragraphs, depending on how many main points you have.

You can use this model to help you plan your essay:

Introduction: background and thesis statement

Paragraph 1: paragraph leader and main body

Paragraph 2: paragraph leader and main body

Paragraph 3: paragraph leader and main body

Conclusion: summary and future advice/prediction

Example essay plan

Look at the plan Chaohua wrote for her essay:

Introduction

Background: English - most preferred international language. Used in many fields. Children learn English in primary schools and kindergartens.

Thesis statement This essay - main reasons for popularity.

Paragraph 1

Paragraph leader: English - official language for majority.

Main body: Examples: business, science, arts etc. Do well in English to get a good job.

Paragraph 2

Paragraph leader: Young children better at studying languages than adults.

Main body: Children living in different countries - learn 3 or 4 languages, so more young children learn English in kindergartens.

Paragraph 3

Paragraph leader: Parents care for their children's future.

Main body: To be successful, need to study hard and learn English early in kindergarten.

Conclusion

Summary: English: widely spoken. Children learn early and good at English.

Prediction: More people study English.

Now you have seen Chaohua's plan we would like you to:

Write a plan for your own essay using the model at the top of this page. You will use your plan later this week to write your first draft.

Remember that your essay will be about 350 words.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 4: Форма рубежного контроля – компьютерное тестирование

Look back at the plan you have made for your essay. You are now ready to write your first draft.

You will be able to submit your first draft for feedback next week. Before that, you should write out your first draft, using your plan to remind you of your main ideas and the organisation of your essay. You can do this on paper or in a word processor, but remember to read through and check your spellings.

Next week you will submit your first draft for feedback from other Learners. This should provide you with comments that you can use to improve your essay for the final draft. You will also get to see how Chaohua responded to feedback on the first draft of her essay and the improvements that she made.

The word count for the draft essay is up to 350 words.

Good luck!

РАЗДЕЛ 5. Evaluating a first draft of an essay

Тема 5.1. Submit the first draft of your essay.

Цель: Повторение и закрепление изученного на курсе.

Перечень изучаемых элементов содержания

Welcome to week 5. Introductory video (with the transcript to download).

What was your biggest challenge in writing the first draft of the essay? Poll.

Submit your first draft. Assignment.

Reviewing an essay. Assignment review.

Reflect on your feedback. Assignment reflection.

Тема 5.2. The final essay.

Цель: Активизация лексико-грамматического материала в письменной речи.

Перечень изучаемых элементов содержания

Responding to feedback. Video (tapescript to download)

Responding to feedback on your first draft. Discussion.

Your final essay. Discussion.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 5

Форма практического задания: текстовые упражнения, лексико-грамматический перевод, эссе.

Примерный перечень текстов для чтения и перевода к разделу

Assignment Guidelines

The reviewers will be asked to give you feedback on the following aspects of your assignment, so you should consider these when writing:

Does the introduction include some general background to the title? Is there a thesis statement?

Is the topic focus of each paragraph clear? Are the ideas in each paragraph supported with details and examples?

Does the conclusion sum up the main ideas of the essay? Is there a suggestion for the future (a recommendation or prediction or solution)?

Assignment Guidelines

You're going to be asked to give feedback on the following aspects of the author's assignment:

Does the introduction include some general background to the title? Is there a thesis statement?

Is the topic focus of each paragraph clear? Are the ideas in each paragraph supported with details and examples?

Does the conclusion sum up the main ideas of the essay? Is there a suggestion for the future (a recommendation or prediction or solution)?

Please keep this window open and do not navigate away before submitting your feedback. If you close the window or navigate to a different page, you will be given a new assignment to review when you return. You must first submit an assignment in the previous step before you can review other learners' assignments.

RESPONDING TO FEEDBACK Video transcript

Do you remember these comments, which Chaohua received in the feedback on her first draft? Paragraph 2 Sherry needs to prove her belief that children learn languages more quickly than adults by giving some facts about this. Paragraph 3 Sherry has given some evidence that adults can care for their children – because they want them to be successful. However, she needs to add more examples or facts about this. She decided to go back to her original diagram and try to improve her essay based on these comments. She expanded her diagram. For children learn languages more quickly, she decided to explain that they are good copiers of speech, and their first language does not interfere. For parents care about their children and want them to succeed, she decided to explain this in more detail. Parents love their children and want them to earn more money to help when they are older. Parents also want their children to be richer than they were. She also decided to give some examples. In Shanghai, there are many new kindergartens. She thought perhaps she could give some numbers to support this. She then wrote a new plan for her essay. For each paragraph, she divided it into a paragraph leader, some facts to support this, and some examples. So for paragraph two, the paragraph leader would be, "children learn languages more quickly than adults." And then the fact to support this is that they are good copiers of adults, and their first language does not interfere with their learning. Then she decided to give the example that if a child lives in another country where three or four languages are spoken, he learns these languages very quickly. For paragraph three, the paragraph leader would be, "parents care about their children and want them to succeed in life." The facts to support this would be that they love their children and want them to be rich and look after them when they're older. Parents want them to have a better life than they had. Another fact would be that they want them to learn English early as a result of this. An example would be that there are many new kindergartens in Shanghai which have opened. Chaohua then wrote the final draft of her essay, using this new improved plan. I would like you now to work on improving your essay based on the feedback you've received.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 5: Форма рубежного контроля – компьютерное тестирование

Your final essay

After the peer review exercise you may have needed to make some amendments to your essay. Remember that your essay should be around 350 words.

You should make these changes in your word processor. You can then share your final essay by copying and pasting the text into a sharing service such as:

[Write.as](#)

[Rentry.co](#) (best for Learners on a mobile device)

Note: If you are using a computer you can click on one of the links above and select the “open link in new window” option so you can read your essay and make notes at the same time.

You may wish to check the terms of use of each website, before you choose to use one.

All of these tools operate in the same way: copy your whole text from the place you have written it and paste it into the form. You then ‘Publish’ or ‘Go’ the form which generates a very basic web page with its own unique address (URL), which you can share wherever you choose. Get the URL by copying it from your browser’s address bar.

Copy and paste the URL to your completed essay in the discussion below. You may also like to try copying the first paragraph from your essay and pasting it alongside the URL. That way other Learners can see, at a glance, what your essay is about and hopefully encourage them to comment!

Please note: We are aware that some users may not be able to use the sharing services listed above. We are always reviewing the course and would welcome any suggestions on additional sharing service tools which we could try. Please comment below if you know of a sharing tool which works well in your country.

How to use Write.as (desktop)

Copy your text from your word processor or wherever you have written it, and paste it into Write.as. Select the arrow button in the top right hand corner to publish your post. This will generate a page and you can then copy the URL from your browser’s address bar that can be shared on FutureLearn.

How to use Rentry.co on a mobile

First you will need to copy the text you have written, using one of the methods below:

Then go to Rentry.co. This will reveal a blank page, already navigated to the ‘Text’ tab. Long-press (Android) or tap (iOS) in this page to bring up your paste option, and paste your text in.

IMPORTANT: Once you have pasted your text into the page, scroll to the very bottom of the screen to find the ‘Go’ button, and press it.

You will be given a unique edit code, which you will need to keep a note of, in case you want to go back into your post and make any amendments.

Then copy the new unique URL of your reentry.co tab. It will look something like <https://reentry.co/q3xpy>. Finally, share the URL back in the comments area in FutureLearn!

If you are unable to view the instructions in the image above, please view our [Guide to using Rentry.co on a mobile](#).

Once you have posted your essay, please take the time to read and comment on other people’s. You can also see if anyone has commented on your essay by going to your replies.

Итоговое практическое задание.

Перечень контрольных разделов курса к ИПЗ:

Conclusion. Discussion

An Intermediate Guide. Article.

Next steps. Article.

Перечень тестов итогового практического задания

Well done for completing the course.

You should now have all the basic tools and skills to write a good academic essay.

You can use the comment area below to tell us what you thought about the course, and how you think you did. What did you learn? What would you like to improve? How can we make the course better?

Remember, if you’re mentioning the course on social media remember to tag comments with [#FLEng4study](#). You can also follow us on [Twitter](#), [Facebook](#) or [Instagram](#) where you can find the latest news and updates about all our online courses.

Go on to the next Step to learn how you can continue your learning journey and find out more about our follow-on course An Intermediate Guide to Writing in English to University Study.

An Intermediate Guide

Congratulations on reaching the end Week 5! We hope you have enjoyed the course and you feel better prepared to write an academic essay.

Now that you have come to the end of the 'Beginner's Guide', you may like to improve your academic English skills further, by starting [An Intermediate Guide to Writing in English for University Study](#).

Over five weeks, you will build on your ability to research, write and reference essays and extended writing projects. You'll get an introduction to research tools, writing critically and referencing, as well as learning more about the fundamentals like essay structure, proofreading and avoiding plagiarism.

This course is also facilitated by [Brian Turner](#) and the course Mentors.

[Find out more on the course description page](#).

In the next Step, we outline some more ways you can continue your learning journey.

Next steps

Congratulations on reaching the end Week 5! We hope you have enjoyed the course and you feel better prepared to write an academic essay.

Other options at the University of Reading

The University of Reading also offers a wide range of [undergraduate](#), [postgraduate taught](#) and [postgraduate research](#) opportunities.

You can find out more about our [open days](#).

If you're interested in taking further qualifications in English language, you may be interested in the University of Reading's widely respected [Test of English for Educational Purposes \(TEEP\)](#). The TEEP is the test that is taken by all of our pre-sessional students and indeed, our [Pre-sessional English Course](#) might also be an option you wish to investigate.

Online courses

As mentioned in the previous Step, [An Intermediate guide to writing in English for University Study](#) is the follow-on course produced by the University of Reading. Learn about using sources, avoiding plagiarism and other tips to further develop your academic English for study success.

There are many more courses on the FutureLearn platform.

Other online resources

There are a wide range of websites to help you develop your English including:

[LearnEnglish](#) from the British Council, which uses games, listening activities and grammar exercises to help you learn English.

The [BBC Learning English](#) website from the BBC World Service offers a wide range of resources to support your learning.

Andy Gillett's Using English for Academic Purposes website www.uefap.com contains many useful self-study exercises to help you improve your academic skills.

The [COCA \(Corpus of Contemporary American English\) tool](#) is helpful for checking the appropriateness of particular word combinations. A brief set of instructions for how to use COCA can be found at the bottom of this step.

The [Academic Phrasebank](#) created by the University of Manchester provides a range of example phrases which can be used in academic work. This can be useful when thinking about the organisation of your assignment and when writing your academic essay or report.

[Academic Writing Guidance](#) from the Study Advice team at the University of Reading.

Buy the book

You can also buy the book on which this course is based: [Grammar for Writing Study Book](#) by [Anne Vicary](#). The book is designed as a self-study course, which will help you to develop your understanding and use of grammar for written assignments.

We wish you the best of luck in pursuing your academic career, and perhaps we will see you here at the University of Reading!

Get extra benefits, upgrade your course

You can now get more from your experience and take the opportunity to gain extra benefits by [upgrading your course](#).

These benefits will include unlimited access to the course for as long as it exists on FutureLearn, as well as a Certificate of Achievement to help you demonstrate your learning.

[Find out more.](#)

We wish you the best of luck in pursuing your academic career, and perhaps we will see you here at the University of Reading!

Приложение 2. Пример теста для заключительного тестирования

LISTENING

Track 7

A Listen to an interview with Lucy Bellman, CEO of International News and Media. Complete the sentences below with the correct alternative - a, b or c. You will hear the interview twice.

- 1 According to Ms Bellman, a CFO should be _____
 - a) an optimist
 - b) conservative
 - c) sales-oriented
- 2 Ms Bellman believes a CFO should _____
 - a) let the business's accountants deal with the details
 - b) let the CEO make the big decisions
 - c) be an accountant
- 3 Ms Bellman says that a CFO needs to prepare accounts and budgets _____
 - a) quickly
 - b) working closely with other accountants
 - c) with great care
- 4 Ms Bellman believes that a good CFO understands _____
 - a) both the details and the 'big picture'
 - b) the details but not necessarily the 'big picture'
 - c) the 'big picture' but not necessarily the details
- 5 According to Ms Bellman, a good CFO _____
 - a) can understand the CEO's explanations of policies and so on
 - b) is able to hide bad news so that shareholders don't worry
 - c) can communicate clearly
- 6 Ms Bellman says that a good CFO _____
 - a) can perform well even with only a little understanding of computers
 - b) needs to know a lot about property, law and company secretarial affairs
 - c) should work closely with a company's lawyers and secretaries
- 7 In Ms Bellman's view, a good CFO _____
 - a) will be a good manager
 - b) would make a bad CEO
 - c) deals with every matter very seriously
- 8 Ms Bellman says that a CFO has to work extra hard _____
 - a) in times of crisis
 - b) when foreign exchange rates change quickly
 - c) when the CEO is on holiday

reading

A Read the article and decide whether these statements are true or false.

- 9 Corporate responsibility becomes less important in a bad economy.
- 10 Mars is worried that demand for chocolate will decrease.
- 11 Wal-Mart has become more socially responsible mainly because of protests by consumers.
- 12 Fiona Dawson says that her company makes a luxury food rather than an essential one.
- 13 Consumers are cutting back more on premium foods than on ethical foods.

Why corporate responsibility is a survivor

Many people predicted that the recession would end talk of corporate social responsibility. Faced with the fear, or reality, of losing their jobs or homes, consumers would rush past the Fairtrade shelves and pick

up something the family could afford. Companies, meanwhile, would concentrate on saving themselves rather than the planet.

That prediction has turned out to be wrong. Mars, the world’s biggest sweets and chocolate company, has announced that its entire cocoa supply will be ‘produced in a sustainable manner’ by 2020. Mars will work largely with the Rainforest Alliance, which encourages farmers to preserve their environment.

Wal-Mart, the world’s biggest retailer, recently told a meeting of 1,000 Chinese suppliers that it would hold them to strict environmental and social standards.

Why are these companies acting in a way few expected? First, there are important business reasons. When Mars talks about cocoa supplies being sustainable, they mean it. Chocolate manufacturers are worried about how much cocoa will be available a decade from now. Worldwide cocoa production fell in 2008 for the fourth successive year.

Wal-Mart also has commercial reasons for its position. The company has been encouraging companies to cut down on packaging. This enables it to fit more goods into each delivery truck, not only reducing its emissions but also cutting the amount it spends on petrol. Cost-cutting is vital to beating the downturn and if companies can boost their green credentials at the same time, why not?

But the companies go further. Not only do their announcements make business sense, they say; consumers, even now, insist on them. Fiona Dawson, Mars UK’s managing director, says customers expect the company to ‘do the right thing’, adding that ‘nobody has to buy chocolate’.

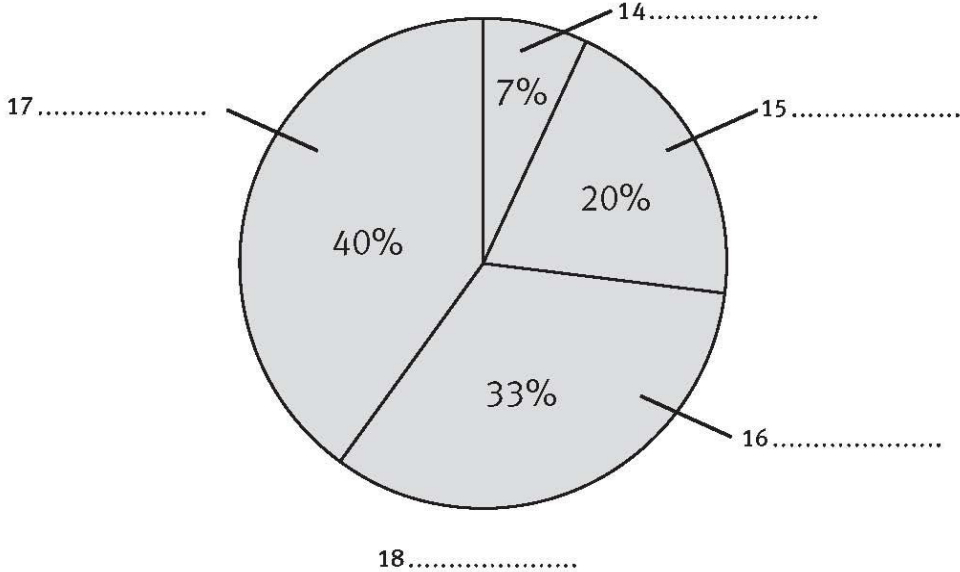
A recent report by Mintel, the research organisation, says: ‘Although a third of shoppers have cut down on the number of premium foods they buy, only one in 10 has cut back on ethical produce.’ Justin King, chief executive of J Sainsbury, the UK retailer, said in February that its Fairtrade sales were holding up well.

About a fifth of consumers are uninterested in such issues and about a third cannot see what difference their purchasing makes. But the biggest group, about 40 per cent, are those who are prepared to buy ethical goods if companies make it easy, which generally means not making it expensive.

FT

B Look at the final paragraph of the article. Complete the labels (14–18) on the pie chart with the words and phrases (a–e).

- a) Uninterested in ethical issues
- b) Don’t think their buying decisions matter
- c) Others
- d) Consumer attitudes
- e) Prepared to buy ethically if it’s easy



language

A Complete the conversation using the correct form of the verbs in brackets.

A How did you get your job at Solarworld, Hans?

B It's kind of a funny story. I _____19 (finish) university with a degree in IT but I hadn't been able to find the job I wanted. So, while I _____20 (look) for a real job, I got a job driving a delivery van for an office supply company and, at the same time, I was applying for lots of jobs in business.

A So did you apply to Solarworld?

B Well, I wrote them a letter and enclosed my CV but I _____21 (send) a very short response saying they weren't interviewing.

A So what happened?

B Well, I had to make a delivery to Solarworld one day. My company _____22 (receive) their order for some desks the week before. And while I _____23 (deliver) the desks, one of their IT guys was trying to fix a computer for a manager and he just couldn't do it. The manager was getting really angry. So I asked if I could have a look. I think they were both shocked but they let me try.

A OK, I can guess what _____24 (happen)!

B It was a basic problem and I solved it right then. And soon after, I was managing that guy who couldn't solve the problem. The first thing I did _____25 (be) to make sure he _____26 (give) some training!

B Complete the article with who, which or that. In some cases, more than one answer is possible.

Profile: Young CEO Thiago Abreu

Thiago Abreu, 25, runs his own company. The young CEO, _____27 put himself through university and earned a degree in chemistry, now runs INTChem. The firm, _____28 does on-site water and soil sampling and carries out environmental damage analysis, is based in Brasilia. How do you get to be a CEO at 25? 'My mother is the person _____29 really made me believe in myself' says Abreu. 'I come from a very poor place, a small village. It isn't a place _____30 produces many businessmen. But here I am.' INTChem, _____31 currently has contracts with two large oil companies and a handful of other smaller businesses, keeps Abreu busy. 'I guess I'm the kind of person _____32 likes it that way,' Abreu says.

Skills

A Complete the short conversations with the appropriate phrases (a–h).

a) consider another approach

b) to do is e-mail Adrienne

c) deliver any earlier

d) could be a problem

e) what are our options

f) were looking for 15

g) were hoping for 60

h) it may not work

33 A We need to deal with Simon's behaviour.

B So _____?

34 A This just isn't working.

B OK, so let's _____.

35 A What shall we do?

B The next thing _____.

36 A We have to stop people using Facebook.

B I'm with you up to a point but _____.

37 A We can give you 30 days' credit.

B We _____.

38 A I need these by Friday.

B Unfortunately, we can't _____.

39 A We want payment on delivery.

B It _____.

40 A I can give you a 10% discount.

B We _____.

B Complete the presentation with the words in the box.

attention background improvements parts questions talk

Hello, everyone, and welcome to Masatomo Electric Industries. I'm going to divide my _____ 41 into three _____ 42. First, I'll give you some _____ 43 on our work with synthetic diamonds. After that, I'll talk about some recent _____ 44 we've made in our production processes. Finally, I'll explain some of our R&D work in super-hard materials. I'll be glad to answer any _____ 45 at the end of my talk.

Let's start with the background. Could I draw your _____ 46 to the first slide ...

vocabulary

A Choose the best word to complete these sentences.

47 Two men were arrested for using PayPal for money _____.

a) fixing b) trading c) laundering

48 Selling your company's secrets to a rival is called industrial

a) fraud b) espionage c) pollution

49 I refuse to work for a company that does animal _____.

a) fraud b) discrimination c) testing

50 ebay will close your account if they find you're selling counterfeit

a) goods b) corruption c) fixing

51 We need a strong negotiator, someone who's really _____.

a) assertive b) diffident c) formal

52 If you have a clear understanding of what you can and can't do, you're

a) cautious b) casual c) realistic

53 He would do anything to succeed. He's completely _____.

a) principled b) ruthless c) laid-back

54 If you choose a course of action and you stand by your choice, you're

a) critical b) decisive c) radical

B Write one word in each gap to complete these idioms.

55 It isn't fair. They keep moving the _____.

56 If we all launch at the same time, we'll have a level playing _____.

57 You know, the C-56 just isn't going to sell. We're flogging a dead _____.

58 Our market share is greater than expected. We're ahead of the _____.

59 No one has anything like the JC-5. It's a one-horse _____.

60 If you put me in the driving _____, I'll sort things out.

writing

A You are a buyer for a DIY store's garden department and have just seen the advert below in a trade magazine. Write an e-mail (40–50 words) to the distributor. Remember to include the following information.

- State which products you are interested in.
- Request more information about the products.
- Ask about prices.

Looking for high-quality garden furniture?

We are distributing three new ranges of flat-pack Swedish products:

- budget - light-weight pine construction, unpainted
- everyday - medium-weight pine construction, factory painted
- deluxe - heavy-duty hardwood, oiled

All furniture is from sustainable sources.

For information, e-mail Helena.Ericsson@hqgf.com

B Last year your company used the services of Ethic-on, a corporate training company that helps organisations work more ethically. Read the letter below from Ethic-on. Then write a response of 120–140 words.

Dear trainee,

Last year your company received training from Ethic-on. As you know, we use case studies in our training programme. We'd like to know how you're getting on. Write to tell us whether our work made a difference or not. In your letter, please include the name of your company, its area of business and three examples of ethical practice. The examples can be of good practice or of areas where improvement may be needed.

Thank you.

Ethic-on Training Services

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1	Утверждена и введена в действие решением Ученого Совета гуманитарного факультета на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. №940 и Приказом Министерства науки и высшего образования от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные образовательные стандарты высшего образования»	Протокол заседания Ученого совета факультета № 9 от «26» апреля 2022 года	01.09.2022



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«06» июня 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Безопасность жизнедеятельности (МОДУЛЯ)

Направление подготовки
«Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА**

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Безопасность жизнедеятельности (модуля)» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата 49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

- 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;
- 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;
- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»;
- 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»;
- 05.012 Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»

Рабочая программа дисциплины (модуля) разработана рабочей группой в составе: д-р мед. наук, ст. науч. сотр. Яковлева Т. П.; канд. биол. наук Арсланбекова Ф. Ф; канд. техн. наук, доцент Сошенко М.В.; старший преподаватель Коверкина Е.В., старший преподаватель Горбунова В. А.

Руководитель основной профессиональной образовательной программы к.п.н., доцент

Петрова М. А.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Блок 1 модуля) обсуждена и утверждена на Ученом совете факультета экологии и техносферной безопасности. Протокол № 10 от «02» 06.2022 г. (наименование факультета)

Заместитель декана факультета экологии и техносферной безопасности по методической работе

Н.Ю.Белозубова

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (модуля) рекомендована к утверждению представителями организаций-работодателей:

АНО «Институт безопасности труда»
Генеральный директор

А.Г. ФЕДОРЕЦ

(подпись)

ЗАО «ДСК-7» (г. Москва)
Начальник службы промышленной безопасности и охраны труда

Н.С. КОЛПАКОВ

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (модуля) рецензирована и рекомендована к утверждению:
Доктор технических наук, профессор, профессор
МГТУ им. Н. Э. Баумана

С.П. КАРПАЧЁВ

(подпись)

Кандидат технических наук, доцент, доцент
факультета экологии и техносферной безопасности
РГСУ

М.В. Сошенко

(подпись)

Согласовано
Научная библиотека, директор

И.Г. Маляев

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы <i>бакалавриата</i>	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	4
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	10
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	10
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	11
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	12
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	12
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	13
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	29
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	29
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	29
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	34
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	35
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	38
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	39
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	39
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	40
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	40
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	41
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	42
5.6 Образовательные технологии	43
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	44

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель учебной дисциплины заключается в получении обучающимися теоретических знаний о формировании профессиональной культуры безопасности (ноксологической культуры), под которой понимается готовность и способность личности использовать приобретенную совокупность знаний, умений и навыков для обеспечения безопасности в различных сферах жизнедеятельности.

Изучением дисциплины достигается понимание того, что реализация требований безопасности жизнедеятельности гарантирует сохранение работоспособности и здоровья человека в различных жизненных условиях и готовит его к рациональным действиям при возникновении экстремальных ситуаций.

Задачи дисциплины (модуля):

1. Приобретение понимания проблем устойчивого развития и рисков, связанных с деятельностью человека;
2. Формирование культуры безопасности, экологического сознания и риск-ориентированного мышления, при котором вопросы безопасности и сохранения окружающей среды рассматриваются в качестве важнейших приоритетов жизнедеятельности человека;
3. Формирование культуры профессиональной безопасности, способности идентифицировать опасности и оценивать риски в сфере профессиональной деятельности;
4. Приобретение устойчивых навыков принятия быстрых и четких решений, выполнения действий, необходимых для предупреждения чрезвычайных ситуаций.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы бакалавриата

Дисциплина (модуль) *«Безопасность жизнедеятельности (модуля)»* реализуется в *обязательной* части основной образовательной программы по направлению подготовки *«49.03.01 Физическая культура»* очной, заочной формам обучения.

Изучение дисциплины (модуля) *«Безопасность жизнедеятельности (модуля)»* базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися ранее в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): *«Философия(модуля)», «История (модуля)»*.

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной (модулем):

- *Технологии самоорганизации и эффективного взаимодействия*

- *Иностранный язык*

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: УК-8, ОПК-7 в соответствии с основной профессиональной образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
Безопасность жизнедеятельности	УК – 8.	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК – 8.2. - Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	<p>Знать: - терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей; - методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; - сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций; - основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий; - технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.</p> <p>Уметь: - Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.</p> <p>Владеть: - использованием основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан; - планированием обеспечения</p>

				<p>безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях; - оказывать первую помощь пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; - использованием методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий; - организацией физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.</p>
Обеспечение безопасности	ОПК – 7.	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	<p>ОПК-7.2. обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм; - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее</p>	<p>Знать: - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.) - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - этиологию и</p>

			<p>типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и</p>	<p>признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС.</p>
--	--	--	---	--

			<p>спортивным играм, лыжной подготовке;</p> <p>- выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p>	<p>Уметь: - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм; - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное</p>
--	--	--	---	---

				<p>пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p> <p>Владеть: - использованием специальной аппаратуры и инвентаря; - оказывать первую помощь при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - проведением бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведением инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом - составлением плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечением безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечением безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия; - обеспечением безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; - обеспечением безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомлением педагогических работников и родителей (законных представителей)</p>
--	--	--	--	--

				несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.
--	--	--	--	---

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		1			
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	36	36			
Учебные занятия лекционного типа	16	16			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Практические занятия	4	4			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Лабораторные занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Иная контактная работа	16	16			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Самостоятельная работа обучающихся	27	27			
Контроль промежуточной аттестации	9	9			
Форма промежуточной аттестации		зачет			
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	72	72			

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 1		Курс 2	
			Сессия 3-4	Сессия 1-2	Сессия 3-4
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	16		16		
Учебные занятия лекционного типа	6		6		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					

Практические занятия	2		2		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Лабораторные занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Иная контактная работа	8		8		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Самостоятельная работа обучающихся	52		52		
Контроль промежуточной аттестации	4		4		
Форма промежуточной аттестации	зачет		зачет		
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	72		72		

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками									
		Самостоятельная работа	Всего	Лекционные занятия	<i>из них: в форме практической подготовки</i>	Семинарские/ практические занятия	<i>из них: в форме практической подготовки</i>	Лабораторные занятия	<i>из них: в форме практической подготовки</i>	Иная контактная работа	<i>из них: в форме практической подготовки</i>
Модуль 1 (Семестр 1)											
Раздел 1. Человек и среда обитания	31	13	18	8		2				8	
Раздел 2. Обеспечение безопасных условий жизнедеятельности	32	14	18	8		2				8	
Контроль промежуточной аттестации (час)	9										
Общий объем по модулю, часов	72	27	36	16		4				16	
Форма промежуточной аттестации	зачет										

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической		Семинарские/	из них: в форме практической		Лабораторные занятия
Модуль 1 (Курс 1 Сессия 3-4)										
Раздел 1. Человек и среда обитания	36	28	8	2			2			4
Раздел 2. Обеспечение безопасных условий жизнедеятельности	32	24	8	4						4
Контроль промежуточной аттестации (час)	4									
Общий объем по модулю, часов	72	52	16	6			2			8
Форма промежуточной аттестации	<i>зачет</i>									

РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся				
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час
Модуль 1. семестр 1						

Раздел 1. Человек и среда обитания	15	7	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	Практико-аналитическое задание	2	Компьютерное тестирование
Раздел 2. Обеспечение безопасных условий жизнедеятельности	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	реферат	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по дисциплине (модулю), часов	27	13		10		4	

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1. (1 курс Сессия 3-4)							
Раздел 1. Человек и среда обитания	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	Практико-аналитическое задание	2	Компьютерное тестирование
Раздел 2. Обеспечение безопасных условий жизнедеятельности	24	12	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	реферат	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по модулю/семестру, часов	52	26		22		4	

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. ЧЕЛОВЕК И СРЕДА ОБИТАНИЯ

Тема 1: Теоретические и методические подходы к анализу безопасности жизнедеятельности

Цель:

- ознакомление с целями, задачами и основными принципами безопасности жизнедеятельности (УК-8);
- изучение базовых понятий и методов исследования в безопасности жизнедеятельности и классификации опасностей и угроз (УК-8).

Перечень изучаемых элементов содержания

Теоретические и методические подходы к анализу безопасности как социального явления. Цели, задачи безопасности жизнедеятельности. Характеристика угроз человеку в древнем мире. Характеристика угроз человеку в современном мире. Место безопасности в системе потребностей человека. Принципы и методы безопасности жизнедеятельности. Признаки безопасности жизнедеятельности. Классификация рисков. Классификация угрожающих факторов. Классификация опасностей. Лестница эскалации угроз безопасности. Основные структурные элементы безопасности. Основные звенья механизма обеспечения безопасности. Основные методы обеспечения безопасности в современной России.

Вопросы для самоподготовки:

1. Характеристика угроз человеку в древнем мире
2. Характеристика угроз человеку в современном мире
3. Место безопасности в системе потребностей человека
4. Принципы безопасности жизнедеятельности
5. Ориентирующий признак безопасности жизнедеятельности
6. Технические признаки безопасности жизнедеятельности
7. Организационные признаки безопасности жизнедеятельности
8. Управленческие признаки безопасности жизнедеятельности
9. Классификация рисков
10. Классификация угрожающих факторов
11. Классификация опасностей
12. Классификация угроз
13. Основные структурные элементы безопасности
14. Основные звенья механизма обеспечения безопасности
15. Основные методы обеспечения безопасности в современной России
16. Сущность, структура и содержание процесса обеспечения безопасности жизнедеятельности
17. Определение понятия безопасности.
18. Что такое жизнедеятельность?

Тема 2: Здоровье населения и окружающая среда

Цель: формирование у студентов представления о неразрывном единстве человека (и населения) и окружающей среды; ознакомление с показателями, характеризующими здоровье населения и с современными тенденциями в состоянии здоровья населения России (УК-8).

Перечень изучаемых элементов содержания

Организм, системы организма, обмен веществ, болезнь, адаптация к условиям среды. Роль и место социальных и биологических факторов в формировании здоровья населения, основные термины и понятия. Показатели общественного здоровья. Основные современные тенденции медико-демографических показателей и факторы их определяющие. Значение статистических методов при изучении общественного здоровья. ВОЗ, МОТ.

Вопросы для самоподготовки

1. Организм, как система.
2. Координационная деятельность ЦНС.
3. Типы высшей нервной деятельности. Их физиологическая основа.
4. Память. Сознание. Мышление.
5. Общая физиология сенсорных систем: слуховой анализатор, зрительный анализатор.
6. Функции гормонов.
7. Система крови. Основные функции крови.
8. Деятельность сердца.
9. Газообмен и транспорт газов.

10. Терморегуляция (химическая, физическая).
11. Обмен веществ. Функции белков, жиров, углеводов, витаминов, микроэлементов для организма.
12. Системы организма в адаптации к различным условиям внешней среды.
13. Общественное здоровье: основные показатели.
14. Определение понятий: здоровье, болезнь, физическое развитие.
15. Численность и состав населения. Плотность населения. Механическое и естественное движение населения.
16. Смертность населения и её причины.
17. Современные тенденции в состоянии здоровья населения России.
18. Международные организации, изучающие здоровье населения и окружающую среду.
19. Физическое развитие, его показатели.

Тема 3. Природные и техногенные опасности среды обитания

Цель:

- формирование у обучающихся умения организовывать свою жизнедеятельность в соответствии с принципами снижения антропогенного воздействия на окружающую среду и обеспечения безопасности личности и общества (УК-8);
- формирование у обучающихся знаний классификации и источников опасностей природного, техногенного, антропогенного и социального происхождения (УК-8);
- формирование у обучающихся умения идентифицировать опасные и вредные факторы, оценивать последствия их воздействия на человека (УК-8).

Перечень изучаемых элементов содержания

Техносфера. Компоненты техносферы. Факторы, влияющие на состояние и развитие техносферы. Техногенные опасности, их классификация. Причины увеличения угроз техногенных опасностей. Параметры, характеристики и источники основных вредных и опасных факторов среды обитания человека и основных компонентов техносферы. Основные принципы защиты от опасностей. Системы и методы защиты человека и окружающей среды от основных видов опасного и вредного воздействия природного, антропогенного и техногенного происхождения.

Вопросы для самоподготовки:

1. Классификация стихийных бедствий и природных катастроф.
2. Метеорологические опасности. Меры и методы защиты.
3. Топологические опасности. Меры и методы защиты.
4. Тектонические опасности. Меры и методы защиты.
5. Космические опасности. Меры и методы защиты.
6. Буря: понятие и виды. Меры и методы защиты.
7. Смерч: понятие, характеристика. Меры и методы защиты.
8. Природные пожары. Классификация. Профилактика и меры защиты.
9. Определение понятия техносферы. Развитие техносферы.
10. Назовите компоненты техносферы.
11. Назовите факторы, влияющие на состояние и развитие техносферы.
12. Взаимосвязь техногенных процессов с природными явлениями.
13. Взаимосвязь техногенных процессов с социальными явлениями.
14. Классификация техногенных рисков.
15. Основные причины увеличения угроз техногенных опасностей.
16. Источники основных вредных и опасных факторов среды обитания человека.
17. Понятие «приемлемый и неприемлемый риск».
18. Определение ПДК и ПДУ.
19. Основные принципы защиты от опасностей.
20. Вибрация и методы защиты.
21. Шум и методы защиты.

22. Пыль и методы защиты.
23. Электромагнитные поля и методы защиты.
24. Управление рисками в техносфере.

Тема 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.

Цель:

- формирование у обучающихся знаний о признаках, причинах и условиях возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов (УК-8)
- формирование у обучающихся умения выбирать методы защиты от опасностей в условиях чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов (УК-8)
- формирование у обучающихся умения обеспечивать безопасность человека и сохранение окружающей среды на основе риск-ориентированного подхода (УК-8);
- овладение обучающимися способами и технологиями защиты в чрезвычайных ситуациях и военных конфликтах (УК-8).

Перечень изучаемых элементов содержания

Основные понятия и определения, классификация чрезвычайных ситуаций и объектов экономики по потенциальной опасности. Фазы развития чрезвычайных ситуаций. Поражающие факторы источников чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Классификация стихийных бедствий и природных катастроф. Характеристика поражающих факторов источников чрезвычайных ситуаций природного характера. Методы прогнозирования и оценки обстановки при чрезвычайных ситуациях. Устойчивость функционирования объектов экономики в чрезвычайных ситуациях. Принципы и способы повышения устойчивости функционирования объектов в чрезвычайных ситуациях. Организация эвакуации населения и персонала из зон чрезвычайных ситуаций. Мероприятия медицинской защиты. Средства индивидуальной защиты и порядок их использования. Основы организации аварийно-спасательных и других неотложных работ при чрезвычайных ситуациях. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Гражданская оборона (ГО) как элемент гражданской защиты.

Вопросы для самоподготовки:

1. Чрезвычайные ситуации и источники их возникновения. Общая классификация ЧС.
2. ЧС природного характера (классификация, последствия, ликвидация на примере).
3. Прогнозирование ЧС природного, техногенного характера.
4. Порядок выявления и оценки обстановки при возникновении ЧС природного, техногенного характера.
5. ЧС техногенного характера (классификация, последствия, ликвидация на примере).
6. ЧС военного характера (основные источники, классификация).
7. Современные средства поражения.
8. Цели и задачи МЧС.
9. Средства оповещения при возникновении ЧС.
10. Нормативно-правовая база защиты населения от ЧС.
11. Защитные сооружения. Классификация. Требования к защитным сооружениям.
12. Устройство убежищ. Состав помещений и планировка.
13. Подготовка убежищ к использованию по назначению. Правила поведения в убежище.
14. Причины аварий и катастроф на объектах экономики.
15. Задачи Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.
16. Функциональные подсистемы РСЧС.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1

Форма практического задания: Практико-аналитическое задание

Паспорт опасности

Задание: в соответствии с вариантом задания необходимо составить паспорт опасностей:

1. Внимательно изучите классификации опасностей.
2. Дайте характеристику опасности варианта задания.
3. По предложенному заданию (табл. 1) идентифицируйте опасности и составьте паспорт опасностей, используя шаблон (табл.2).
4. Выполненное задание необходимо оформить в виде отчета.

Таблица 1 - Примерные варианты заданий

Номер варианта	Ситуационная задача
1	Паспорт опасности при возникновении взрыва у метро террориста-смертника с жертвами (7 человек).
2	Железнодорожная катастрофа из-за ошибки диспетчера (12 погибших).
3	Паспорт опасности на постоянное пользование сотового телефона.
4	Паспорт опасности на проживания около телевизора.
5	Паспорт опасности возникновения пожара в лесу из-за окурка (травмы (ожоги) у 5 человек).
6	Паспорт аварии на АЭС с выбросом радиации. Причина – цунами (Фукусима).
7	Паспорт автоаварии по вине неисправности тормозной системы (2 чел. травмированы.)
8	Паспорт опасности на возникновения шума в металлургическом цехе.
9	Паспорт опасности при возникновении взрыва бытового газа в жилом доме по вине жильца (7 чел. травмированы).
10	Паспорт опасности работы рентгенологом в больнице
11	Паспорт опасности на торнадо над деревней с повреждением зданий
12	Паспорт опасности на камнепад на горной дороге с повреждением автомобиля
13	Паспорт авиакатастрофа по вине пилота (50 чел. погибших)
14	Паспорт опасности грозового разряда в атмосфере.
15	Паспорт опасности сброса жидких отходов гальванического цеха (участка).
16	Паспорт опасности линии электропередач
17	Паспорт опасности кухни.
18	Паспорт опасности квартиры.
19	Паспорт аварии, произошедшей в Иркутской области 25 апреля 2021. Неизвестными лицами была произведена врезка в нефтепровод Омск-Ангара в р-не г. Усолье-Сибирское. Через отверстие в р. Ангару поступило 44 т. нефти. Население трех городов (Черемхово, Свирск, п. Михайловка) оставались в течение недели без водоснабжения.
20	Паспорт аварии на ТЭС.
21	Паспорт опасности в виде удара током.
22	Паспорт опасности при работе на высоте.
23	Паспорт опасности животноводческого комплекса.
24	Паспорт опасности красильного цеха текстильной фабрики.
25	Паспорт опасности при нахождении в толпе.

26	Паспорт опасности медицинской лаборатории в больнице.
27	Паспорт опасности заражения ковидом в торговом центре.
28	Паспорт опасности проживания рядом с мусоросжигательным заводом. (20 человек обратились с жалобами на раздражающий кашель)
29	Паспорт опасности строительства здания (травмированы 10 человек)
30	Паспорт опасности на магистраль с интенсивным движением транспорта. Рядом расположены дома, Жалобы 45 жильцов.

Таблица 2 - Паспорт опасностей

Первая группа. Свойства опасностей	
Признак	Вид (класс)
Происхождение	Естественные Естественно-техногенные Антропогенные Антропогенно-техногенные Техногенные
Физическая природа потока	Массовые Энергетические Информационные
Интенсивность потока	Опасные Чрезвычайно опасные
Длительность воздействия	Постоянные Переменные, периодические Импульсные, кратковременные
Зона воздействия	Производственные Бытовые Городские (селитебные) Природные Зоны ЧС
Размеры зоны воздействия	Локальные (местные) Региональные Межрегиональные Глобальные
Степень завершенности воздействия	Потенциальные Реальные Реализованные
Вторая группа. Свойства объекта защиты	
Способность различать (идентифицировать) опасности человеком	Различаемые Неразличаемые
Вид негативного воздействия опасности	Вредные Травмоопасные
Масштаб воздействия (по численности лиц, подверженных воздействию опасности)	Индивидуальные Групповые Массовые

При подготовке **отчета** следует придерживаться следующей структуры:

1. Титульный лист
2. **Оглавление**
3. **Введение.** Во введении дать характеристику опасности, источники возникновения опасности, воздействия опасности на здоровье человека и среду обитания. Меры и методы защиты (объем 1–2 с).
4. **Основная часть.** Идентифицируйте опасности и составьте паспорт опасности (объем 2-3 с).
5. **Заключение.** Сделать общие выводы по проблеме, заявленной в задании (объем 1–2 с).
6. **Список используемой литературы.**

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 1: форма рубежного контроля – компьютерное тестирование.

Примеры тестовых заданий.

1. Как называется очаг стойкого возбуждения в центральной нервной системе?
 - A. Сенсорное поле;
 - B. Нервное окончание;
 - C. Доминантный очаг;
 - D. Раздражение.
2. Какую долю от массы тела составляет объем циркулирующей крови у здорового человека?
 - A. 7%;
 - B. 10%;
 - C. 4%;
 - D. 1%.
3. Продолжите предложение. Эритропоэз – это...
 - A. Разрушение эритроцитов;
 - B. Образование всех новых клеток крови;
 - C. Образование новых эритроцитов;
 - D. Движение клеток.
4. Что расщепляют ферменты слюны?
 - A. Белки;
 - B. Углеводы;
 - C. Витамины;
 - D. Жиры.
5. Сколько углеводов в граммах должен употреблять за сутки человек?
 - A. 400;
 - B. 100;
 - C. 800;
 - D. 1000.
6. Какова энергетическая ценность 1 г белка?
 - A. 1 ккал;
 - B. 9 ккал;
 - C. 4 ккал;
 - D. 0 ккал.
7. Назовите функции крови.
 - A. Питательная;
 - B. Дыхательная;
 - C. Выделительная;
 - D. Всё вышеперечисленное верно.
8. Кем были открыты группы крови?
 - A. И. П. Павловым;
 - B. Ланд Штейнером;
 - C. Шванном;
 - D. Гарвеем.
9. Назовите функции белков.
 - A. Структурная;
 - B. Энергетическая;
 - C. Защитная;
 - D. Все перечисленные.
10. Как подразделяются витамины по их растворимой части?
 - A. Водно - и спирторастворимые;
 - B. Жиро - и углеродорастворимые;
 - C. Спирто - и водорастворимые;

- D. Жиро - и водорастворимые.
11. Какой из ниже представленных органов не относится к органам выделения?
A. Почки;
B. Кожа;
C. Лёгкие;
D. Сердце.
12. Какие функции выполняют эмоции?
A. Пищевую, половую;
B. Информационную;
C. Социальную, пищевую;
D. Информационную, сигнальную, регуляторную, компенсаторную.
13. Какие свойства лежат в основе типов высшей нервной деятельности (по И.П.Павлову)?
A. Сила, уравновешенность, подвижность,
B. Раздражимость; пластичность, лабильность,
C. Утомляемость; возбудимость, проводимость,
D. Лабильность; раздражимость, проводимость.
14. Что вызывает повышение тонуса симпатических нервов?
A. Увеличение силы и частоты сердечных сокращений;
B. Уменьшения частоты сердечных сокращений;
C. Уменьшение возбудимости сердца;
D. Уменьшение проводимости сердца.
15. Благодаря чему ЦНС постоянно получает информацию о внутреннем состоянии организма и внешнем мире?
A. Нервным волокнам;
B. Анализаторам;
C. Синапсам;
D. Медиаторам.
16. Назовите микроэлемент, отсутствие или малое количество которого вызывает флюороз зубов и других костных образований.
A. Железо
B. Кальций
C. Фтор
D. Йод
17. Как называется ускорение темпов роста и развития детей?
A. Дистрофия;
B. Гиподинамия;
C. Акселерация;
D. Гиперактивность.
18. Как называется ответная реакция организма, которая возникает при раздражении рецепторов с участием отделов центральной нервной системы?
A. Лабильность;
B. Рефлекс;
C. Нервный центр;
D. Нейрон.
19. Как изменяется время рефлекса при утомлении?
A. Укорачивается;
B. Не изменяется;
C. Увеличивается;
D. Когда как.
20. Какая из стран характеризуется наибольшим показателем ИРЧП:
A. Швеция;
B. Норвегия;
C. Япония;

D. Германия.

21. Продолжите фразу. Здоровье, по определению ВОЗ– это...

- A. Отсутствие болезней;
- B. Нормальное функционирование систем организма;
- C. Состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и дефектов физического развития;
- D. Состояние организма человека, когда функции его органов и систем уравновешены с внешней средой и отсутствуют какие-либо болезненные изменения.

РАЗДЕЛ 2. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНЫХ УСЛОВИЙ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Тема 5. Профессиональная деятельность и оценка ее безопасности для работающего

Цель:

- формирование у обучающихся умений анализировать факторы вредного влияния элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений) (УК-8);
- формирование у обучающихся навыков идентификации опасных и вредных факторов в рамках осуществляемой деятельности (УК-8);
- формирование у обучающихся навыков выявления проблем, связанных с нарушениями техники безопасности на рабочем месте; умения реализовать мероприятия по предотвращению несчастных случаев (УК-8).

Перечень изучаемых элементов содержания

Современные системы «человек-машина-среда» на всех уровнях их жизненного цикла. Обеспечение безопасности труда. Условия труда, факторы производственной среды (химические, физические, биологические), трудовой процесс, работоспособность, маркеры безопасности. Идентификация опасных и вредных факторов производственной среды.

Вопросы для самоподготовки:

1. Законодательство по охране труда, контроль за его выполнением.
2. Производственные вредности и их классификация.
3. Критерии оценки тяжести труда.
4. Критерии оценки напряженности труда. Умственный труд, его особенности, классификация, профилактика утомления.
5. Основные мероприятия по повышению работоспособности и предупреждению утомления.
6. Активный отдых и его значение для повышения работоспособности.
7. Понятие об эргономике.
8. Характеристика микроклимата.
9. Особенности работы в условиях охлаждающего микроклимата. Изменения в организме. Профилактика переохлаждений.
10. Шум и вибрация как профессиональная вредность.
11. Профилактика вредного воздействия шума на организм работающих.
12. Электромагнитные волны диапазона радиочастот как профессиональная вредность.
13. Работа в условиях повышенного воздушного давления; влияние на организм. Кессонная болезнь. Профилактика.
14. Источники и способы образования пыли. Классификация пыли. Мероприятия по профилактике пылевых заболеваний.
15. Производственные яды, классификация.
16. Понятие о ПДК и ПДУ.
17. Пестициды как профессиональные яды, классификация.
18. Освещение.

19. Средства индивидуальной защиты
20. Ближайшие и отдаленные последствия действия производственных ядов на организм работающих. Профилактика.
21. Профессиональный риск. Методы оценки.
22. Отдаленные последствия воздействия производственных факторов на здоровье

Тема 6. Экологическая безопасность

Цель:

- формирование у обучающихся экологического мышления, умения адекватно оценить состояние окружающей среды и ее влияния на человека (УК-8);
- изучение теоретических основ нормирования и снижения загрязнений окружающей среды, техногенных систем и экологического риска (УК-8).

Перечень изучаемых элементов содержания:

Экологическая составляющая в системе жизнедеятельности человека, общества и государства. Модель устойчивого развития как основа безопасности жизнедеятельности. Основные глобальные экологические проблемы. Использование и воспроизводство природных ресурсов. Характер изменений окружающей среды и ожидаемые тенденции. Мировые источники опасности для России в экологической сфере. Система экологической безопасности в Российской Федерации. Нормативы в области охраны окружающей среды. Система экологического мониторинга. Экологическая безопасность в системе энергетического развития современной России.

Вопросы для самоподготовки:

1. Глобальное изменение климата
2. Проблема разрушения озонового слоя
3. Проблема кислотных дождей
4. Проблема отходов
5. Проблема загрязнения вод мирового океана
6. Загрязнение атмосферного воздуха выхлопными газами автотранспорта
7. Проблема вырубки лесов
8. Урбанизация и экологическое состояние в городах
9. Проблема рекультивации полигонов ТКО в разных климатических зонах.
10. Загрязнение почв пестицидами
11. Загрязнение почв нефтепродуктами
12. Загрязнение атмосферы при работе мусоросжигающих заводов
13. Сохранение природных ресурсов в условиях роста народонаселения
14. Сохранение биоразнообразия
15. Модель устойчивого развития как составной части безопасности жизнедеятельности человека, общества и государства
16. Антропогенное воздействие человека на природу как глобальная угроза безопасности жизнедеятельности
17. Характер изменений окружающей среды и ожидаемые тенденции.
18. Трансграничный перенос загрязняющих веществ
19. Биологическое загрязнение окружающей среды
20. Нормативы в области охраны окружающей среды.
21. Система экологического мониторинга

Тема 7. Социальная безопасность как условие общественной безопасности в Российской Федерации.

Цель:

изучение классификации и источников опасностей социального происхождения (УК-8);
овладение основами культуры безопасности и основными закономерностями взаимодействия человека в социальной среде (УК-8);
формирование умения организовывать свою жизнедеятельность в соответствии с принципами обеспечения безопасности личности и общества (УК-8);
овладение навыками сбора, систематизации и самостоятельного анализа информации в сфере обеспечения безопасности жизнедеятельности (УК-8).

Перечень изучаемых элементов содержания

Социальная безопасность как условие общественной безопасности в Российской Федерации. Опасности индивидуального, общественного и глобального характера. Государство, как основной субъект обеспечения социальной безопасности общества и личности. Идентификация опасных факторов социального характера. Прогнозирование социальных опасностей. Социальные конфликты.

Вопросы для самоподготовки:

1. Безопасность как объективно необходимое, закономерное общественное явление, социальная ценность и научная категория.
2. Концепция социальной безопасности государства.
3. Социальная безопасность в системе национальной безопасности.
4. Государственная программа города Москвы «Социальная поддержка населения»
5. Государство как основной субъект обеспечения социальной безопасности общества и личности.
6. Конституция РФ о социальных правах граждан и гарантиях их реализации.
7. Доктрина и концепция обеспечения социальной безопасности населения Российской Федерации.
8. Федеральный Закон РФ «О безопасности».
9. Система и полномочия государственных учреждений и органов власти РФ в сфере обеспечения социальной безопасности.
10. Основные направления социальной политики Российского государства.
11. Государственная программа города Москвы «Безопасный город».
12. Проблема управления рисками в социальной сфере.
13. Особенности терроризма в России.

Тема 8: Управление безопасностью жизнедеятельности

Цель:

- изучение законодательных и правовых актов в области охраны труда, окружающей среды, предотвращения ЧС (УК-8);
- ознакомление с функциями управления безопасностью жизнедеятельности для снижения рисков (УК-8).

Перечень изучаемых элементов содержания:

Управление безопасностью жизнедеятельности. Система управления безопасностью жизнедеятельности. Функции управления безопасностью жизнедеятельности. Принципы и методы управления безопасностью жизнедеятельности. Средства управления БЖД Управление безопасностью труда. Управление экологической безопасностью. Управление защитой населения и территорий от ЧС. Нормативно-правовая база управления безопасностью жизнедеятельности. Органы управления безопасностью жизнедеятельности. Надзор и контроль за обеспечением безопасности жизнедеятельности.

Вопросы для самоподготовки

1. Система обеспечения безопасности жизнедеятельности
2. Функции системы обеспечения безопасности жизнедеятельности.

3. Субъекты безопасности РФ.
4. Управление безопасностью жизнедеятельности.
5. Нормированные уровни взаимодействия человека с техносферой.
6. Управление безопасностью жизнедеятельности и качеством окружающей среды в Российской Федерации.
7. Основные направления Системы управления безопасности жизнедеятельности.
8. Средства управления БЖД.
9. Целевые подсистемы Системы управления безопасности жизнедеятельности.
10. Основные принципы обеспечения безопасности.
11. Основные методы управления безопасностью.
12. Основной информационный метод управления безопасностью.
13. Цель мониторинга окружающей природной среды.
14. Организационные принципы управления безопасностью.
15. Правовая основа законодательства в области обеспечения БЖД
16. Основные законодательные акты в области охраны труда
17. основополагающий нормативный документ в области защиты населения и территорий от ЧС
18. Виды контроля и надзора за обеспечением безопасности жизнедеятельности в РФ.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2

Форма практического задания: реферат

Перечень тем рефератов по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» к Разделу 2:

1. Характеристика угроз человеку в современном мире
2. Место безопасности в системе потребностей человека
3. Концепция приемлемого риска
4. Классификация угрожающих факторов в различных средах
5. Основные принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности
6. Основные методы обеспечения безопасности в современной России
7. Основные угрозы духовной безопасности личности
8. Основные принципы координационной деятельности ЦНС
9. Численность и состав населения. Плотность населения. Механическое и естественное движение населения.
10. Смертность населения и её причины.
11. Проблемы долголетия.
12. Рождаемость и социальные причины её обуславливающие.
13. Заболеваемость населения и её основные показатели.
14. Взаимосвязь силы и частоты стихийных бедствий и природных катастроф.
15. Характеристика поражающих факторов чрезвычайных ситуаций природного характера. Основные способы защиты от ЧС природного характера
16. Система социальной безопасности государства
17. Роль гражданского общества в системе национальной безопасности
18. Основные виды общественной безопасности
19. Характеристика опасностей и чрезвычайных ситуаций социального характера
20. Угрозы социальной безопасности
21. Основные проблемы внутренней безопасности Российской Федерации в современных условиях
22. Устойчивое функционирование экологической системы как обязательное условие ее безопасности
23. Типология экологических факторов, влияющих на безопасность жизнедеятельности
24. Антропогенное воздействие человека на природу как глобальная угроза безопасности жизнедеятельности
25. Проблема трансграничного переноса загрязняющих веществ

26. Особенности влияния экологических факторов на состояние здоровья населения
27. Система управления экологической безопасностью в Российской Федерации
28. Система экологического мониторинга в Российской Федерации
29. Модель энергетической безопасности как составная часть национальной безопасности Российской Федерации
30. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций
31. Физиологические функции человека в условиях воздействия высоких и низких температур.
32. Основные мероприятия по профилактике переохлаждения, перегревания.
33. УФ-излучения. Профилактические меры при воздействии УФ-излучения.
34. Лазерное излучение. Профилактические меры при воздействии лазерного излучения.
35. Ионизирующие излучения. Основные мероприятия по профилактике действия ионизирующего излучения в производственных условиях.
36. Шум. Специфическое и неспецифическое воздействие шума на организм человека.
37. Пыль. Свойства пыли. Основные виды действия пыли на организм.
38. Роль зрительной функции в трудовом процессе.
39. Государственная национальная стратегия безопасности Российской Федерации в современных условиях
40. Жизнь без риска: иллюзия или реальность?
41. Психологическая безопасность личности.
42. Возрастные аспекты социальной безопасности человека.
43. Образ жизни и формирование личности безопасного типа.
44. Система социальной безопасности столичного региона.
45. Современное проявление терроризма, его особенности.
46. Роль влияния средств массовой информации на культуру безопасности личности.
47. Культура социальной безопасности: взаимодействие традиционного и инновационного.
48. Историческая динамика уровней социальной безопасности России.
49. Традиционные технологии обеспечения социальной безопасности.
50. Террористические угрозы социальной безопасности России.
51. Состояние и особенности обеспечения социальной безопасности столичного мегаполиса в сравнении с другими регионами Российской Федерации.
52. Социальные приоритеты и образ жизни современной молодежи в контексте безопасности.
53. Социальные аномалии молодежного образа жизни.
54. Факторы производственной, городской, бытовой и природной среды.
55. Взаимодействие человека со средой обитания.
56. Виды опасностей: природные, антропогенные, техногенные.
57. Вред, ущерб, риск – виды и характеристики.
58. Чрезвычайные ситуации – понятие, основные виды.
59. Безопасность и устойчивое развитие.
60. Безопасность как одна из основных потребностей человека.
61. Причины проявления опасности.
62. Роль человеческого фактора в причинах реализации опасностей.
63. Аксиомы безопасности жизнедеятельности.
64. Понятие техносферы. Структура техносферы и ее основных компонентов.
65. Этапы формирования техносферы.
66. Современное состояние техносферы и техносферной безопасности.
67. Критерии и параметры безопасности техносферы.
68. Виды, источники основных опасностей техносферы и ее отдельных компонентов.

69. Классификация негативных факторов природного, антропогенного и техногенного происхождения.
70. Вредные и опасные негативные факторы.
71. Системы восприятия и компенсации организмом человека вредных факторов среды обитания.
72. Предельно-допустимые уровни опасных и вредных факторов – основные виды и принципы установления.
73. Параметры, характеристики и источники основных вредных и опасных факторов среды обитания человека и основных компонентов техносферы.
74. Воздействие основных негативных факторов на человека и их предельно допустимые уровни.
75. Системы и методы защиты человека и окружающей среды от основных видов опасного и вредного воздействия природного, антропогенного и техногенного происхождения.
76. Методы защиты от вредных веществ, физических полей, информационных потоков.
77. Методы защиты от опасностей биологического и психологического происхождения.
78. Общая характеристика и классификация защитных средств.
79. Методы контроля и мониторинга опасных и негативных факторов.
80. Зоны действия негативных факторов и их уровни

Реферат – это обзор точек зрения различных авторов по рассматриваемой теме (проблеме). При подготовке реферата следует придерживаться следующей структуры:

1. **Оглавление**
2. **Введение.** Во введении дать обоснование выбора темы, раскрыть проблематику выбранной темы (объем 1–2 с).
3. **Основная часть.** Привести и аргументировать основные тезисы каждого произведения. Провести их сопоставление. Высказать собственную точку зрения и обосновать ее (объем 5–7 с).
4. **Заключение.** Сделать общие выводы по проблеме, заявленной в реферате (объем 1–2 с).
5. **Список реферируемой литературы.** Привести исходные данные реферируемых произведений (автор(ы), название, где опубликован, в каком году).

Работа должна быть выполнена в текстовом редакторе MS Word и отредактирована по следующим параметрам:

- Левое поле 30 мм, остальные по 20 мм;
- шрифт Times New Roman;
- размер шрифта для всей работы 14 пт;
- междустрочный интервал — 1.5;
- выравнивание по ширине страницы;
- абзацный отступ — 1,25 см (без использования клавиш «Tab» или «Пробел»).
- Нумерация страниц, кроме титула
- Точки в заголовках не ставятся

Не допускается:

- использование в тексте разрывов страниц;
- использование автоматических постраничных ссылок;
- использование автоматических переносов;
- использование разреженного или уплотненного меж буквенного интервала.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 2: форма рубежного контроля – компьютерное тестирование.

Примеры тестовых заданий

Выберите один или несколько правильных ответов.

1. Продолжите предложение. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС создана с целью защиты населения ...
 - A. и территорий от ЧС;
 - B. от экономической нестабильности;
 - C. и территории от нападения вероятного противника;
 - D. и территорий от криминальных ситуаций.
2. Назовите закон, определяющий права и обязанности граждан России в области защиты от ЧС.
 - A. Федеральный закон «О гражданской обороне»;
 - B. Федеральный закон «Об обороне»;
 - C. закон Российской Федерации «О безопасности»;
 - D. Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».
3. Что является предметом исследования в теории безопасности?
 - A. ЧС природного, техногенного и социального характера;
 - B. опасности и ЧС различного характера;
 - C. ЧС природного и техногенного характера;
 - D. ЧС экологического, техногенного и социального характера.
4. Продолжите предложение. Обстоятельства, возникающие в результате природных стихийных бедствий или аварий, называются чрезвычайными, если они вызывают ...
 - A. небольшие изменения в жизнедеятельности людей;
 - B. резкие изменения в жизнедеятельности людей;
 - C. повышение работоспособности у людей;
 - D. понижение работоспособности у людей.
5. Как называется комплекс мероприятий, проводимых заблаговременно и направленных на максимальное уменьшение риска возникновения ЧС?
 - A. предупреждение ЧС;
 - B. мониторинг ЧС;
 - C. ликвидация ЧС;
 - D. снижение количества возможных потерь.
6. Как называется непредвиденная и неожиданная ситуация, с которой пострадавшее население не способно справиться самостоятельно?
 - A. чрезвычайная;
 - B. катастрофическая;
 - C. экстремальная;
 - D. инцидент.
7. Как называется ЧС, масштаб которой ограничивается одной промышленной установкой, поточной линией, цехом?
 - A. экологическая ЧС;
 - B. социальная ЧС;
 - C. локальная ЧС;
 - D. биологическая ЧС.
8. Продолжите предложение. ЧС природного характера могут происходить ...
 - A. независимо друг от друга;
 - B. под воздействием антропогенных факторов;
 - C. только во взаимодействии друг с другом;
 - D. независимо друг от друга и во взаимодействии

9. Выбрать подходящее недостающее слово.

К непрогнозируемым внезапным относятся ЧС _____ характера.

- A. природного и техногенного;
- B. индивидуального;
- C. социального;
- D. экономического.

10. Продолжите предложение. Общее число экстремальных событий, ведущих к возникновению стихийных бедствий постоянно ...

- A. уменьшается;
- B. увеличивается;
- C. сохраняется без изменений.

11. Что относится к опасностям индивидуального характера?

- A. лишение жизни, здоровья, дееспособности
- B. опасности в сфере духовной жизни общества
- C. манипулирование сознанием, поведением
- D. нравственное разращение и физическое растление
- E. использование человека как средства обогащения другого

12. Что относится к опасностям общественного характера?

- A. ограничение или лишение международно-признанных прав и свобод
- B. опасности в сфере социальной жизни общества
- C. опасности в сфере экономической жизни общества
- D. опасности в сфере политической жизни общества
- E. насильственное подчинение преступным группировкам и делам

13. В каких ситуациях раскрывается смысл системы «человек – социальная группа»?

- A. человек как источник опасности для социальной группы
- B. человечество как источник опасности для человечества
- C. социальная группа как источник опасности для человека
- D. человечество как источник опасности для человека
- E. социальная группа как источник опасности для другой социальной группы

14. Что из перечисленного является правилами прогнозирования социальных опасностей?

- A. превентивные меры бесполезны, потому что все в мире случайно
- B. неприятности могут произойти с каждым человеком
- C. беды случаются реже, если принимать меры по их недопущению и соблюдать рекомендации по безопасности
- D. опасность может возникнуть в любое время и в любом месте
- E. многие опасные ситуации есть результат невнимательности пострадавшего, либо его незнания, глупости, каприза, непослушания

15. Что из представленного является факторами социальных угроз?

- A. Сохранение в структуре общества и органах управления значительного влияния родоплеменных традиций, кланов, религиозных и иных обычаев, при отсутствии механизма их гармонизации в представительных и исполнительных органах
- B. Большое внимание развитию формирования культуры безопасности в обществе
- C. Недовольство граждан коррупцией, отдельными решениями центральных и местных органов власти
- D. Вседозволенность, безответственность в средствах массовой информации, целенаправленная пропаганда асоциальных явлений

16. Что относится к индикаторам, свидетельствующим о накоплении опасных факторов, которые могут перерасти в острый социальный конфликт с применением насилия и оружия?

- A. Большое количество массовых развлекательных мероприятий
- B. Увеличение участников пикетов, забастовок, шествий, митингов, блокирований объектов под лозунгами, направленными против органов управления

- C. Массовая скупка медикаментов
 - D. Увеличение фактов обнаружения и изъятия оружия, наркотиков, крупных суммы денег, резкий рост преступности.
17. Какие социальные последствия имеет алкоголизм?
- A. рост смертности, развитие соматических и психических заболеваний;
 - B. преступления против личности: воровство, грабеж, разбой;
 - C. негативное влияние на трудовую дисциплину, профессиональные качества работников, их здоровье и работоспособность
 - D. снижение социального напряжения в обществе
 - E. снижение производственного травматизма

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является **зачет**, который проводится в **устной** форме.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
УК – 8.	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Знать: - терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей; - методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; - сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций; - основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий; - технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с	Этап формирования знаний

		<p>учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.</p> <p>Уметь: - Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</p>	Этап формирования умений
		<p>Владеть: - использованием основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан; - планированием обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях; - оказанием первой помощи пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; - использованием методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий; - организацией физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.</p>	Этап формирования навыков и получения опыта
ОПК – 7.	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	<p>Знать: - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных</p>	Этап формирования знаний

		<p>микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.)</p> <p>- санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и</p>	
--	--	--	--

		<p>оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</p> <ul style="list-style-type: none"> - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований. 	
		<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм; - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во 	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p>	
		<p>Владеть: - использованием специальной аппаратуры и инвентаря; - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - проведением бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведением инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечением безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечением безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия; - обеспечением безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма,</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; - обеспечением безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомлением педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.	
--	--	--	--

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
УК-8, ОПК-7	Этап формирования знаний.	Теоретический блок вопросов. Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал	1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок: (9-10] баллов; 2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения: [8-9) баллов; 3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала: (6-8) баллов;

			4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки: [0-6] баллов.
УК-8, ОПК-7	Этап формирования умений	<p>Аналитическое задание (<i>задачи, ситуационные задания, кейсы, проблемные ситуации</i>)</p> <p>Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10] баллов;</p> <p>2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов;</p> <p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов;</p> <p>4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6] баллов.</p>
УК-8, ОПК-7	Этап формирования навыков и получения опыта.	<p>Аналитическое задание (<i>задачи, ситуационные задания, кейсы, проблемные ситуации</i>)</p> <p>Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.</p>	<p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов;</p> <p>4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6] баллов.</p>

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

1. Опасность. Классификация опасности.
2. Характеристика угроз человеку в древнем мире
3. Характеристика угроз человеку в современном мире
4. Место безопасности в системе потребностей человека
5. Принципы безопасности жизнедеятельности

6. Признаки безопасности жизнедеятельности
7. Классификация рисков
8. Классификация опасностей
9. Классификация угроз
10. Типы высшей нервной деятельности. Их физиологическая основа.
11. Система крови. Основные функции крови.
12. Газообмен и транспорт газов в организме человека.
13. Терморегуляция (химическая, физическая) организма человека
14. Обмен веществ. Функции белков, жиров, углеводов, витаминов, микроэлементов для организма.
15. Системы организма в адаптации к различным условиям внешней среды.
16. Общественное здоровье: основные показатели
17. Определение понятий (здоровье, болезнь, физическое развитие)
18. Численность и состав населения. Плотность населения. Механическое и естественное движение населения.
19. Смертность населения и её причины.
20. Современные тенденции в состоянии здоровья населения России
21. Международные организации, изучающие здоровье населения и окружающую среду
22. Физическое развитие, его показатели
23. Природные опасности: классификация, защита, рекомендации населению при угрозе.
24. Химические опасности: классификация. Защита от загазованности атмосферы и помещений.
25. Биологические опасности. Профилактика заболеваемости.
26. Техногенные опасности. Классификация.
27. Механические опасности. Профилактика травматизма.
28. Механические колебания. Защита от вибрации.
29. Шум. Воздействие на организм. Защита от шума.
30. Инфразвук. Воздействие на организм. Защита от инфразвука.
31. Ультразвук. Воздействие на организм. Защита от ультразвука.
32. Электробезопасность. Средства защиты.
33. Статическое электричество. Защита от статического электричества.
34. Молниезащита. Рекомендации населению по поведению при грозе.
35. Электромагнитные поля. Воздействие на организм. Защита от ЭМП.
36. Организация рабочего места при работе с ПЭВМ.
37. Лазерное излучение. Защита от действия лазерного излучения.
38. Освещение рабочего места: виды, норма освещенности, требования безопасности.
39. Ионизирующее излучение. Защита от излучений.
40. Гражданская оборона. Службы гражданской обороны.
41. РСЧС. Задачи РСЧС.
42. Классификация чрезвычайных ситуаций.
43. Действия населения по защите в условиях ЧС.
44. Действия населения в зоне химического поражения.
45. Действия населения при пожарах и взрывах.
46. Методы и средства пожаротушения.
47. Действия населения в зоне ЧС биологического характера.
48. Основные способы и средства защиты населения.
49. Коллективные и индивидуальные средства защиты.
50. Понятие предупреждение ЧС, ликвидация ЧС.
51. Неблагоприятные факторы среды обитания.
52. Профилактические мероприятия по защите от опасностей.
53. Общая характеристика социальной безопасности и классификация социальных опасностей.

54. Виды и причины возникновения социальных конфликтов.
Толпа и её виды. Правила поведения в толпе.
55. Информационная война и способы её ведения.
56. Вооруженные конфликты и правила поведения в зоне боевых действий.
Что такое гражданская и религиозная война.
57. Раскройте понятия геноцид, экоцид, экстремизм.
58. Опасности социального характера связаны с глобальными проблемами современности.
(Угрозы социальной безопасности человека в современном мире).
59. Терроризм и его современные особенности.
60. Духовная безопасность как условие обеспечения социальной безопасности человека в современной России.
61. Правила поведения человека при угрозе террористического акта и захвате заложников.
62. Правила поведения населения при радиационной и химической атаке.
63. Определение ПДК и ПДУ.
64. Производственные вредности, классификация.
65. Критерии оценки напряженности труда. Умственный труд, его особенности, классификация, профилактика утомления.
66. Активный отдых; его значение для повышения работоспособности.
67. Особенности работы в условиях охлаждающего микроклимата. Изменения в организме. Профилактика переохлаждений.
68. Шум как профессиональная вредность.
69. Электромагнитные волны диапазона радиочастот как профессиональная вредность.
70. Работа в условиях повышенного воздушного давления; влияние на организм. Кессонная болезнь. Профилактика.
71. Освещение.
72. Средства индивидуальной защиты
73. Ближайшие и отдаленные последствия действия производственных ядов на организм работающих. Профилактика.
74. Профессиональный риск. Методы оценки
75. Управление безопасностью жизнедеятельности в РФ.
76. Основные направления системы управления безопасности жизнедеятельности.
77. Средства управления БЖД.
78. Целевые подсистемы системы управления безопасности жизнедеятельности.
79. основополагающие принципы обеспечения безопасности.
80. Основные методы управления безопасностью.
81. Организационные принципы управления безопасностью.
82. Силы и средства обеспечения безопасности жизнедеятельности.
83. Внутренняя безопасность России, сущность, структура, состояние и перспективы развития.

Аналитическое задание

1. Проанализируйте мероприятия Правительства Российской Федерации по решению проблем безопасности и оцените их достоинства и недостатки. Что необходимо сделать для их решения?
2. Охарактеризуйте основные проблемы безопасности жизнедеятельности. Что необходимо сделать в современных условиях для их решения?
3. Раскройте характерные черты научного исследования. Дайте рекомендации по решению проблем научного исследования в области безопасности жизнедеятельности
4. Проанализируйте качество информационной безопасности, их содержание и разработайте пути их решения.
5. Раскройте общую характеристику методов исследования вопросов безопасности жизнедеятельности. Разработайте предложения по их оптимизации

6. Охарактеризуйте методы сбора и обработки информации в вопросах безопасности жизнедеятельности. Что необходимо сделать для их оптимизации?
7. Охарактеризуйте особенности научного исследования социотехнического взаимодействия в безопасности жизнедеятельности. Что необходимо сделать для их улучшения?
8. Проанализируйте состояние окружающей социоприродной среды по месту Вашего проживания и разработайте предложения по ее улучшению
9. Охарактеризуйте качество жизни и качество окружающей социоприродной среды. Проанализируйте их взаимосвязь и назовите условия для их оптимизации.
10. Охрана окружающей среды как основная функция государства. Осуществите анализ деятельности Российской Федерации в данной сфере в 21 веке.
11. Осуществите анализ выполнения в Российской Федерации положений Концепции перехода Российской Федерации к устойчивому развитию. Что необходимо сделать для ее реализации?
12. Осуществите анализ Концепции долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года. Разработайте предложения по ее оптимизации.
13. Охарактеризуйте Стратегию национальной безопасности Российской Федерации 2015 года и дайте рекомендации по ее решению.
14. Проанализируйте "Основы государственной политики в области экологического развития Российской Федерации на период до 2030 года». Назовите условия их оптимального решения.
15. Проанализируйте содержание Экологической Доктрины Российской Федерации и разработайте предложения по ее реализации
16. Осуществите анализ московского региона в вопросах безопасности и дайте рекомендации по ее улучшению.
17. Проанализируйте взаимоотношения человеческого организма и социотехнической среды его обитания. Что необходимо сделать для их оптимального сосуществования?
18. Проанализируйте влияние социоприродных факторов на организм человека и разработайте предложения по ее реализации
19. Охарактеризуйте принципы рационального использования природных ресурсов и охраны природы и проанализируйте их реализацию в Российской Федерации в современных условиях
20. Проанализируйте состояние безопасности экономики в Российской Федерации в настоящее время и разработайте предложения по ее улучшению
21. Проанализируйте социальные причины глобального социоэкономического кризиса в мире и Российской Федерации. Что необходимо сделать человечеству для снижения опасностей от его усиления?
22. Охарактеризуйте международную миграцию, её причины и последствия. Назовите условия ее оптимального существования и функционирования.
23. Проанализируйте социоэкономические проблемы армии и ВПК в мирное и военное время и определите, что необходимо сделать для их разрешения.
24. Осуществите анализ экономических основ безопасности в современной России и дайте рекомендации по их решению.
25. Раскройте особенности антропогенного воздействия на окружающую среду в современных условиях. Назовите условия их снижения до минимального уровня.
26. Проанализируйте социальные причины терроризма. Назовите условия, при которых происходит обострение проблемы терроризма.

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным

образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата в Российском государственном социальном университете и Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

1. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) в 2 ч. Часть 1: учебник для вузов / С. В. Белов. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 350 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-03237-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492040>

2. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) в 2 ч. Часть 2: учебник для вузов / С. В. Белов. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 362 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-03239-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492041>

3. Беляков, Г. И. Безопасность жизнедеятельности. Охрана труда в 3 т. Том 1 : учебник для вузов / Г. И. Беляков. — 4-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 360 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12634-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/488935>

5.1.2. Дополнительная литература

1. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для вузов / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 313 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05849-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/488648>

2. Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности: учебник для вузов / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 639 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12794-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489504>

3. Колесников, Е. Ю. Системы защиты среды обитания: учебник и практикум для вузов / Е. Ю. Колесников. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 551 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12614-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/495052>

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) «Безопасность жизнедеятельности» предполагает изучение материалов дисциплины (модуля) на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций и практических занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программой дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач,
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной учебной программой тематики.

Обработка, обобщение полученных результатов практической работы проводится обучающимися самостоятельно или под руководством преподавателя (в зависимости от степени сложности поставленных задач). В результате оформляется индивидуальный отчет. Подготовленная к сдаче на контроль и оценку работа сдается преподавателю. Форма отчетности может быть письменная, устная или две одновременно. Главным результатом в данном случае служит получение положительной оценки по каждой лабораторной работе/практическому занятию. Это является необходимым условием при проведении рубежного контроля и допуска к зачету. При получении неудовлетворительных результатов обучающийся имеет право в дополнительное время пересдать преподавателю работу до проведения промежуточной аттестации.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Более подробная информация о самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы по дисциплине (модулю)», «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)».

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;

3. Проектор.

4.

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7

2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic

3. Справочная система Консультант+

4. Okular или Acrobat Reader DC

5. Ark или 7-zip

6. SKY DNS

7. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения дисциплины (модуля) «Безопасность жизнедеятельности» в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура* используются:

Учебная аудитория для занятий лекционного типа оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроjectionное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

Учебная аудитория для занятий семинарского типа: оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими

средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть Интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

5.6 Образовательные технологии

При реализации дисциплины (модуля) *«Безопасность жизнедеятельности (модуля)»* применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение дисциплины (модуля) *«Безопасность жизнедеятельности (модуля)»* использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий в форме деловых и ролевых игр, разбора конкретных ситуаций в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития **профессиональных** навыков обучающихся.

При освоении дисциплины (модуля) *«Безопасность жизнедеятельности (модуля)»* предусмотрено применением электронного обучения.

Учебные часы дисциплины (модуля) *«Безопасность жизнедеятельности (модуля)»* предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках дисциплины (модуля) *«Безопасность жизнедеятельности (модуля)»* предусмотрены встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых связана с *направленностью* реализуемой основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1	Утверждена и введена в действие решением Ученого совета факультета экологии и техносферной безопасности на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. №940 и приказом Министерства науки и высшего образования от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные образовательные стандарты высшего образования»	Протокол заседания Ученого совета факультета 10 от «02» 06.2022 г.	01.09.2022



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«03» июня 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Физическая культура и спорт (МОДУЛЯ)

Направление подготовки
«Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА**

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт (модуля)» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата 49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

– 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;

– 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;

– 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»;

– 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»;

– 05.012 Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»

Рабочая программа дисциплины (модуля) разработана рабочей группой в составе: кандидат педагогических наук, доцент факультета физической культуры РГСУ Рысакова О.Г., кандидат педагогических наук, доцент факультета физической культуры РГСУ Бакулина Е.Д.

Руководитель основной
профессиональной
образовательной программы
к.п.н., доцент

Петрова М. А.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Блок 1 модуля) обсуждена и утверждена на Ученом совете факультета физической культуры. Протокол № 10 от «01» июня 2022 года
(наименование факультета)

Декан факультета физической
культуры, доктор
педагогических наук, доцент

Махов Александр Сергеевич

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (модуля) рекомендована к утверждению представителями организаций-работодателей *(при совместной разработке или разработке по заказу)*:

Автономная некоммерческая организация
«Профессиональный клуб женской гимнастики
«Олимпия»,
Президент, тренер-преподаватель по спорту

Л.Н. Ступаченко

(подпись)

Рабочая программа учебной дисциплины рецензирована и рекомендована к утверждению:

Кандидат педагогических наук, доцент
кафедры безопасности жизнедеятельности и
адаптивной физической культуры Шуйского
филиала ИвГУ

Е. А. Осокина

(подпись)

Кандидат педагогических наук, доцент,
доцент факультета физической культуры
РГСУ

Е. Н. Латушкина

(подпись)

Согласовано
Научная библиотека, директор

И.Г. Маляр

(подпись)

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы <i>бакалавриата</i>	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	4
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	6
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	6
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	7
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	10
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	10
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	12
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	17
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	17
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	17
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	19
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	20
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	21
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	22
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	22
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	22
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	23
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	23
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	25
5.6 Образовательные технологии	25
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	27

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель дисциплины (Блок 1 модуля) заключается в получении обучающимися теоретических знаний о средствах, методах и организационных формах физической культуры, позволяющие выпускнику методически обоснованно и целенаправленно использовать их при организации деятельности по удовлетворению особых образовательных потребностей различных групп населения, направленных на повышение уровня их социальной адаптации и реабилитации, обеспечения здорового образа жизни.

Задачи дисциплины (модуля):

1. формировать личную физическую культуру студента;
2. развивать знания о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
3. формировать готовность применять спортивные и оздоровительные технологии для достижения высокого уровня физического здоровья и поддержания его в процессе обучения, и дальнейшей профессиональной деятельности.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы бакалавриата

Дисциплина (модуль) «Физическая культура и спорт (модуля)» реализуется в обязательной части основной образовательной программы по направлению подготовки «49.03.01 Физическая культура» очной, заочной формам обучения.

Изучение дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт (модуля)» базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися ранее в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): «Философия(модуля)», «История (модуля)».

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной (модулем):

- Технологии самоорганизации и эффективного взаимодействия

- Элективные дисциплины по физической культуре и спорту

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: УК-7, в соответствии с основной профессиональной образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
-----------------------	-----------------	--------------------------	--	---------------------

<p>Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)</p>	<p>УК-7.</p>	<p>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>УК - 7.2. самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p>	<p>Знать: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря. Уметь: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным</p>
--	--------------	---	--	--

				<p>инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p> <p>Владеть опытом: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.</p>
--	--	--	--	---

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		1			
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	8	8			
Учебные занятия лекционного типа	4	4			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					

Практические занятия	4	4			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Лабораторные занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Иная контактная работа					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Самостоятельная работа обучающихся	55	55			
Контроль промежуточной аттестации	9	9			
Форма промежуточной аттестации		зачет			
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	72	72			

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 1		Курс 2	
		Сессия 1-2	Сессия 3-4	Сессия 1-2	Сессия 3-4
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками		8			
Учебные занятия лекционного типа		4			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Практические занятия		4			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Лабораторные занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Иная контактная работа					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Самостоятельная работа обучающихся		60			
Контроль промежуточной аттестации		4			
Форма промежуточной аттестации		зачет			
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ		72			

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Лекционные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Семинарские/ практические занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Лабораторные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Иная контактная работа <i>из них: в форме практической подготовки</i>				
Модуль 1 (Семестр 1)										
Раздел 1. Основы физической культуры и здорового образа жизни	32	28	4	2		2				
Тема 1.1 Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	8	6	2			2				
Тема 1.2 Социально-биологические основы физической культуры	8	6	2	2						
Тема 1.3 Основы здорового образа жизни	8	8								
Тема 1.4 Физическая тренировка в обеспечении здоровья	8	8								
Раздел 2. Основы самостоятельных занятий физическими упражнениями	31	27	4	2		2				
Тема 2.1 Средства и методы физической культуры в регулировании работоспособности	8	6	2			2				
Тема 2.2 Общая физическая и специальная подготовка	8	6	2	2						
Тема 2.3 Современные оздоровительные технологии. Особенности организации студенческого спорта	8	8								
Тема 2.4 Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	8	7								
Контроль промежуточной аттестации (час)						9				

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Лекционные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Семинарские/ практические занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Лабораторные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Иная контактная работа <i>из них: в форме практической подготовки</i>				
Общий объем, часов	72	55	8	4	4					

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Лекционные занятия <i>из них: в форме практической</i>	Семинарские/ <i>из них: в форме практической</i>	Лабораторные занятия <i>из них: в форме практической</i>	Иная контактная работа <i>из них: в форме практической</i>				
Модуль 1-2 (Курс 1 Сессии 1-2)										
Раздел 1. Основы физической культуры и здорового образа жизни	36	32	4	2	2					
Тема 1.1 Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	10	8	2		2					
Тема 1.2 Социально-биологические основы физической культуры	8	8								

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической		Семинарские/	из них: в форме практической		Лабораторные занятия	из них: в форме практической
Тема 1.3 Основы здорового образа жизни	10	8	2	2							
Тема 1.4 Физическая тренировка в обеспечении здоровья	8	8									
Раздел 2. Основы самостоятельных занятий физическими упражнениями	32	28	4	2			2				
Тема 2.1 Средства и методы физической культуры в регулировании работоспособности	10	8	2	2							
Тема 2.2 Общая физическая и специальная подготовка	10	8	2				2				
Тема 2.3 Современные оздоровительные технологии. Особенности организации студенческого спорта	6	6									
Тема 2.4 Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	6	6									
Контроль промежуточной аттестации (час)							4				
Общий объем, часов	72	60	8	4			4				

РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся
--------------	-------	---

		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1. семестр 1							
Раздел 1. Основы физической культуры и здорового образа жизни	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	Аналитическое задание	2	Оценка аналитического задания
Раздел 2. Основы самостоятельных занятий физическими упражнениями	27	13	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	Аналитическое задание	2	Оценка аналитического задания
Общий объем по семестру, часов	55	27		24		4	
Общий объем по дисциплине (модулю), часов	55	27		24		4	

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1. курс 1 сессии 1-2							
Раздел 1. Основы физической культуры и здорового образа жизни	32	16	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	14	Аналитическое задание	2	Оценка аналитического задания
Общий объем по модулю/семестру, часов	32	16		14		2	
Модуль 2. Сессии 1-2							

Раздел 2. Основы самостоятельных занятий физическими упражнениями	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	Аналитическое задание	2	Оценка аналитического задания
Общий объем по модулю/семестру, часов,	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12		2	
Общий объем по дисциплине (модулю), часов	60	30	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	26		4	

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов

Цель: раскрыть сущность, значение и место физической культуры, ее социальные функции и формы

Перечень изучаемых элементов содержания

Физическая культура, физическое воспитание, физическая подготовленность, двигательная подготовленность, профессионально-прикладная подготовка, спорт, средства физической культуры, методы физической культуры, компоненты физической культуры.

Вопросы для самоподготовки:

1. Чем характеризуются понятия: физическая культура, спорт, физическое воспитание, физическое совершенство, физическая рекреация, физическое развитие, физическая подготовка, физическое упражнение;
2. Что отражает понятие «компоненты физической культуры»;
3. Что относится к понятию «массовый спорт» и «спорт высших достижений» и в чем их различие.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: эссе, реферат, доклад (по выбору)

1. Физическая культура в системе общечеловеческой культуры.
2. Ценностный компонент базовой физической культуры студента.
3. Деятельностный компонент базовой физической культуры студента.
4. Роль общекультурных компетенций в формировании бакалавра по направлению подготовки Физическая культура.

Тема 2. Социально-биологические основы физической культуры

Цель: познакомить с анатомо-морфологические особенности и физиологическими функциями организма

Перечень изучаемых элементов содержания

Организм, физиологические функции, физической развитие, физическая работоспособность, гипоксия, умственная работоспособность, утомление, биологические ритмы, внешняя среда

Вопросы для самоподготовки:

1. Чем характеризуется взаимосвязь физической и умственной работоспособности.
2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность.
3. Внешняя среда и ее влияние на здоровье человека.
4. Гипокинезия и гиподинамия как проблемы современного общества.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

1. Дать оценку физической работоспособности по тесту Мартине.
2. Дать оценку умственной работоспособности по тесту «Корректирующая проба»

Тема 3. Основы здорового образа жизни

Цель: познакомить с составляющими здорового образа жизни

Перечень изучаемых элементов содержания

Здоровый образ жизни, критерии здоровья, образ жизни, самооценка, адаптация, регенерация, экология, генетика

Вопросы для самоподготовки:

1. Чем характеризуется здоровый образ жизни.
2. Алкоголизм и его причины.
3. Курение и его причины.
4. Роль здорового образа жизни в сохранении здоровья.
5. Здоровье в иерархии потребностей человека.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

1. Дать оценку физическому развитию (метод соматометрии).
2. Дать оценку физическому развитию (метод индексов).

Тема 4. Физическая тренировка в обеспечении здоровья

Цель: познакомить с физиологическими механизмами и закономерностями воздействия физической тренировки на здоровье

Перечень изучаемых элементов содержания

Тренировка, кровообращение, дыхание, нервная система, обмен веществ и энергии, устойчивость, тренированность.

Вопросы для самоподготовки:

1. Чем характеризуется тренированность.
2. Как можно оценить тренированность.
3. Какие изменения происходят в системе кровообращения под влиянием тренированности.
4. Какие изменения происходят в системе дыхания под влиянием тренированности.
5. Как физическая нагрузка влияет на нервную систему.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

1. Дать оценку физического развития (метод стандартов и антропометрических профилей).

АНАЛИТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1,

Форма практического задания:

Аналитическое задание по теме «**Мой личный опыт занятия спортом**» (*на любительском или профессиональном уровне*) в объеме 7-10 страниц машинописного текста, в котором обязательно отразить следующие разделы:

1. Вид спорта, которым Вы занимались: дать его краткую характеристику.
2. Определить к какой группе видов спорта он относится, и обосновать критерии выбора Вами именно этого вида спорта.
3. Описать какие физические, морально-волевые, психологические и иные качества данный вид спорта в Вас развил.
4. Описать Ваши личные достижения в избранном виде спорта.
5. Описать влияние избранного вида спорта на Вашу профессиональную деятельность.

Студент, освобожденный от занятий по физической культуре на основании медицинских показаний пишет эссе «**Мой любимый вид спорта**» отражая в нем все пункты кроме пункта 4 (описать Ваши достижения в избранном виде спорта).

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 1: форма рубежного контроля – оценка аналитического задания по разделу 1.

РАЗДЕЛ 2. ОСНОВЫ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ

Тема 5. Средства и методы физической культуры в регулировании работоспособности

Цель: познакомить со средствами и методами физической культуры для регулирования работоспособности

Перечень изучаемых элементов содержания

Труд студента, психофизическая работоспособность, средства физической культуры, методы физической культуры, средство профилактики, средства коррекции.

Вопросы для самоподготовки:

1. Какие пути профилактики умственного утомления вы знаете.
2. Какие пути профилактики физического утомления вы знаете.
3. Основные причины изменения психофизического состояния студента в период сессии.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

1. 1. Дать оценку физической работоспособности (степ-тест).
2. 2. Дать оценку функционального состояния (проба Штанге, проба Генче).

Тема 6. Общая физическая и специальная подготовка

Цель: познакомить со средствами и методами общей физической и специальной физической тренировки

Перечень изучаемых элементов содержания

Средства физического воспитания, методы физического воспитания, физические качества, психические качества, интенсивность нагрузок, общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка

Вопросы для самоподготовки:

1. Какие пути профилактики умственного утомления вы знаете.
2. Какие пути профилактики физического утомления вы знаете.
3. Основные причины изменения психофизического состояния студента в период сессии.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: практическое задание

1. Подготовить комплекс упражнений для развития силы.
2. Подготовить комплекс упражнений для развития выносливости.
3. Подготовить комплекс упражнений для развития координации.

Тема 7. Современные оздоровительные технологии. Особенности организации студенческого спорта

Цель: познакомить студентов с разновидностями современных оздоровительных технологий

Перечень изучаемых элементов содержания

Аэробика, фитнес, фитбол-аэробика, бодибилдинг, калланетик, дыхательная гимнастика, йога, шейпинг, гиревой спорт.

Вопросы для самоподготовки:

1. Система организации студенческого спорта за рубежом.
2. Система организации студенческого спорта в России.
3. Система спортивных секций в вузе.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

1. Оценка психологического статуса.
2. Оценка самочувствия, активности, настроения

Тема 8. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями

Цель: познакомить студентов с методикой самостоятельных занятий физическими упражнениями

Перечень изучаемых элементов содержания

Двигательная активность, мотивация, формы занятий, содержание занятий, гигиена занятий, определение нагрузки, самоконтроль.

Вопросы для самоподготовки:

1. Понятие оптимальной двигательной активности.
2. Формирование мотивации к занятиям физическими упражнениями.
3. Особенности планирования нагрузки.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

1. Составить комплекс упражнений для самостоятельных занятий утренней гимнастикой.
2. Составить комплекс упражнений для физкульт-паузы.

Рассчитать оптимальную физическую нагрузку по формуле: $(ЧСС_2 - ЧСС_1) : ЧСС_1 \times 100\%$
(Оценка: «5» - 20 и <; «4» - 21-40; «3» - 41-65; «2» - 66-75; «1» - 76 и >.)

АНАЛИТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2.

Форма практического задания:

Аналитическое задание по теме «**Мои самостоятельные занятия физической культурой и спортом**» в объеме 10-12 страниц машинописного текста, в котором обязательно отразить следующие разделы:

1. Ваши мотивы, побуждающие самостоятельно заниматься физической культурой и спортом.
2. Цели, которые Вы ставите перед самостоятельными тренировочными занятиями.
3. Средства, используемые в процессе самостоятельных занятий (какие физические упражнения, использование естественных сил природы).

4. Методы организации Ваших самостоятельных занятий по физической культуре и спорту.
5. Дозировка тренировочных нагрузок при Ваших самостоятельных занятиях физической культурой и спортом.
6. Питание и личная гигиена при Ваших самостоятельных занятиях физической культурой и спортом.
7. Результаты, достигнутые Вами при самостоятельных занятиях физической культурой и спортом.

Студент, освобожденный от занятий по физической культуре на основании медицинских показаний пишет эссе «**Мои самостоятельные занятия оздоровительной физической культурой**» отражая в нем все пункты аналитического задания.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 2: форма рубежного контроля – оценка аналитического задания по разделу 2.

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является **зачет**, который проводится в **устной** форме.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
УК – 7.	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знать: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; -	Этап формирования знаний

		<p>правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря.</p>	
		<p>Уметь: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности</p>	<p>Этап формирования умений</p>
		<p>Владеть опытом: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.</p>	
--	--	--	--

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
УК-7	Этап формирования знаний.	<p>Теоретический блок вопросов.</p> <p>Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал</p>	<p>1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок: (9-10] баллов;</p> <p>2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения: [8-9) баллов;</p> <p>3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала: (6-8) баллов;</p> <p>4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки: [0-6] баллов.</p>

УК-7	Этап формирования умений	<p>Аналитическое задание (аналитические задания)</p> <p>Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10) баллов;</p> <p>2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов;</p>
УК-7	Этап формирования навыков и получения опыта.	<p>Аналитическое задание (аналитические задания)</p> <p>Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.</p>	<p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов;</p> <p>4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6] баллов.</p>

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Теоретический блок вопросов:

1. Понятия «физическая культура», «спорт», «физическое воспитание».
2. Физическое развитие, физическое совершенство. Физическая подготовка и двигательная активность человека.
3. Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования и ее задачи.
4. Здоровый образ жизни и факторы его составляющие. Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни.
5. Значение физических упражнений для здоровья человека.

6. Гигиенические правила занятий физическими упражнениями.
7. Социальные и биологические факторы, их влияние на физическое развитие человека.
8. Воздействие экологических факторов на организм.
9. Физическая культура как средство борьбы с гиподинамией и гипокинезией.
10. Общая физическая подготовка (ОФП) и специальная физическая подготовка (СФП) студента. Их характеристики.
11. Средства физической культуры.
12. Оздоровительные силы природы как средство физической культуры.
13. Сила. Средства и методы развития силы.
14. Гибкость. Средства и методы развития гибкости.
15. Ловкость. Средства и методы развития ловкости.
16. Выносливость. Средства и методы развития выносливости.
17. Быстрота. Средства и методы развития быстроты.
18. Дыхательная система и ее функции при занятиях физическими упражнениями.
19. Опорно-двигательный аппарат и его функции при занятиях физическими упражнениями.
20. Сердечно-сосудистая система и ее функции при занятиях физическими упражнениями.
21. Врачебный контроль при занятиях физической культурой, его цель.
22. Критерии физического развития и физической подготовленности.
23. Правила самостоятельных занятий физическими упражнениями.
24. Значение утренней гимнастики.
25. Приемы закаливания.
26. Самоконтроль, основные методы. Дневник самоконтроля спортсмена.
27. Методы профилактики профессиональных заболеваний.
28. Основные формы производственной физической культуры.
29. Массовый спорт и спорт высших достижений. Их цели, задачи и различия.
30. Студенческий спорт. Организация и планирование спортивной подготовки в вузе.

Аналитическое задание:

1. Составить комплекс упражнений для самостоятельных занятий утренней гимнастикой.
2. Составить комплекс упражнений для физкульт-паузы.
3. Составить комплекс управлений для занятия по общей физической подготовке.
4. Рассчитать оптимальную физическую нагрузку по формуле: $(ЧСС_2 - ЧСС_1) : ЧСС_1 \times 100\%$ (Оценка: «5» - 20 и <; «4» - 21-40; «3» - 41-65; «2» - 66-75; «1» - 76 и >.)

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата/магистратуры/специалитета в Российском государственном социальном университете и Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным

программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

1. Муллер, А. Б. Физическая культура: учебник и практикум для вузов / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 424 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02483-8. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/488898>

5.1.2. Дополнительная литература

1. Литвинов, С. А. Методика обучения физической культуре. Календарно-тематическое планирование: учебное пособие для вузов / С. А. Литвинов. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 413 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11125-5. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494558>

2. Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах: учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 160 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10524-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493629>

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com

5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/
----	--------------------------------------	--	---

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт» предполагает изучение материалов дисциплины (модуля) на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций и практических занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программой дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач,

– самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной учебной программой тематики.

Обработка, обобщение полученных результатов практической работы проводится обучающимися самостоятельно или под руководством преподавателя (в зависимости от степени сложности поставленных задач). В результате оформляется индивидуальный отчет. Подготовленная к сдаче на контроль и оценку работа сдается преподавателю. Форма отчетности может быть письменная, устная или две одновременно. Главным результатом в данном случае служит получение положительной оценки по каждой лабораторной работе/практическому занятию. Это является необходимым условием при проведении рубежного контроля и допуска к зачету. При получении неудовлетворительных результатов обучающийся имеет право в дополнительное время пересдать преподавателю работу до проведения промежуточной аттестации.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Более подробная информация о самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы по дисциплине (модулю)», «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)».

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7
2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic
3. Справочная система Консультант+
4. Okular или Acrobat Reader DC
5. Ark или 7-zip
6. SKY DNS
7. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Научная электронная	Крупнейший российский информационно-	http://elibrary.ru/

	библиотека eLIBRARY.ru	аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения дисциплины (модуля) «*Физическая культура и спорт*» в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура* используются:

Учебная аудитория для занятий лекционного типа оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), видеофильмами (Серия из 20 фильмов «Физкультурно-оздоровительные технологии», «Технологии спорта», «Методика обучения самостоятельных занятий физической культурой»).

Учебная аудитория для занятий семинарского типа: оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), видеофильмами (Серия из 20 фильмов «Физкультурно-оздоровительные технологии», «Технологии спорта», «Методика обучения самостоятельных занятий физической культурой»).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть Интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

5.6 Образовательные технологии

При реализации дисциплины (модуля) «*Физическая культура и спорт (модуля)*» применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение дисциплины (Блок 1 модуля) «*Физическая культура и спорт (Блок 1 модуля)*» предусматривает использование в учебном процессе **активных и интерактивных форм** проведения учебных занятий в форме мозгового штурма, круглого стола, тренингов постановки и прояснения цели, разбора конкретных ситуаций, в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития **профессиональных** навыков обучающихся.

Номер темы	Вид занятия	Используемая интерактивная образовательная технология (наименование и краткая методическая характеристика)	Кол-во часов
------------	-------------	--	--------------

№1	Лекция	«Цель, задачи, средства, методы, принципы физической культуры и спорта»	2
№2	Лекция	«Уровень физической и умственной работоспособности»	2
№3	Семинар	Круглый стол «Здоровьесберегающее и самосохранительное поведение молодежи», «Оценка физической работоспособности современной молодежи»	2
№4	Семинар	Разбор конкретной ситуации «Уровень физического развития современной молодежи».	2
№5	Самостоятельное	Разбор ситуации «Методы совладания со стрессом. Позитивное мышление как антистрессовый метод».	2
№6	Самостоятельное	Разбор конкретной ситуации «Двигательный потенциал учащейся молодежи»	2
№7	Самостоятельное	Мозговой штурм «Самостоятельная подготовка физической культуры и спорта студентов»	2
№8	Самостоятельное	«Почему мы должны заниматься физической культурой регулярно»	2
Итого:			16

При освоении дисциплины (модуля) *«Физическая культура и спорт (модуля)»* предусмотрено применением электронного обучения.

Учебные часы дисциплины (модуля) *«Физическая культура и спорт (модуля)»* предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках дисциплины (модуля) *«Физическая культура и спорт (модуля)»* предусмотрены встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых связана с *направленностью* реализуемой основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1	Утверждена и введена в действие решением Ученого Совета факультета физической культуры на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. №940 и приказом Министерства науки и высшего образования от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные образовательные стандарты высшего образования»	Протокол заседания Ученого совета факультета № 10 от «01» июня 2022 года	01.09.2022



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«03» июня 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (МОДУЛЯ)

Направление подготовки
«Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА**

Форма обучения
Очная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (модуля)» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата 49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

– 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;

– 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;

– 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»;

– 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»;

– 05.012 Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»

Рабочая программа дисциплины (модуля) разработана рабочей группой в составе: кандидат педагогических наук, доцент факультета физической культуры РГСУ Рысакова О.Г.

Руководитель основной профессиональной образовательной программы
к.п.н., доцент

Петрова М. А.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Блок 1 модуля) обсуждена и утверждена на Ученом совете факультета физической культуры. Протокол № 10 от «01» июня 2022 года
(наименование факультета)

Декан факультета физической культуры, доктор педагогических наук, доцент

Махов Александр Сергеевич

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (модуля) рекомендована к утверждению представителями организаций-работодателей *(при совместной разработке или разработке по заказу)*:

Автономная некоммерческая организация «Профессиональный клуб женской гимнастики «Олимпия»,
Президент, тренер-преподаватель по спорту

Л.Н. Ступаченко

(подпись)

Рабочая программа учебной дисциплины рецензирована и рекомендована к утверждению:

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и адаптивной физической культуры Шуйского филиала ИвГУ

Е. А. Осокина

(подпись)

Кандидат педагогических наук, доцент, доцент факультета физической культуры РГСУ

Е. Н. Латушкина

(подпись)

Согласовано
Научная библиотека, директор

И.Г. Маляр

(подпись)

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы <i>бакалавриата</i>	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	4
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	6
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	6
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	7
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	8
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	8
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	9
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	19
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	19
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	19
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	20
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	22
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	28
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	28
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	28
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	29
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	30
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	30
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	32
5.6 Образовательные технологии	33
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	33

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель дисциплины (модуля) заключается в получении обучающимися теоретических знаний об организации физкультурно-спортивной деятельности и подготовка их к разносторонней профессиональной деятельности сферы физической культуры и спорта.

Задачи дисциплины (модуля):

1. обеспечить усвоение знаний в области организации физкультурно-спортивной работы, средств, методов, форм организации работы с различными возрастными группами, опираясь на закономерности и особенности развития каждой возрастной группы;
2. обеспечить формирование навыков определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения;
3. формировать устойчивый интерес к работе с различными возрастными группами населения в сфере физической культуры и спорта.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы бакалавриата

Дисциплина (модуль) «*Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (модуля)*» реализуется в *обязательной* части основной образовательной программы по направлению подготовки «49.03.01 Физическая культура» очной формы обучения.

Изучение дисциплины (модуля) «*Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (модуля)*» базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися ранее в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): «*Физическая культура и спорт(модуля)*», «*История (модуля)*».

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной (модулем):

- Методология научных исследований в сфере физической культуры и спорта

- Технологии спортивной тренировки в игровых видах спорта.

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: УК-7, в соответствии с основной профессиональной образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора	Результаты обучения
-----------------------	-----------------	--------------------------	-------------------------------	---------------------

			ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ	
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7.	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК - 7.2. самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.	Знать: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря. Уметь: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники

				<p>безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p> <p>Владеть опытом: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.</p>
--	--	--	--	---

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 0 зачетных единиц.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры					
		1	2	3	4	5	6
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	328	54	54	54	54	54	58
Учебные занятия лекционного типа							

<i>из них: в форме практической подготовки</i>							
Практические занятия							
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	328	54	54	54	54	54	58
Лабораторные занятия							
<i>из них: в форме практической подготовки</i>							
Иная контактная работа							
<i>из них: в форме практической подготовки</i>							
Самостоятельная работа обучающихся							
Контроль промежуточной аттестации							
Форма промежуточной аттестации	зачет						
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	328	54	54	54	54	54	58

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Всего	Лекционные занятия	<i>из них: в форме практической подготовки</i>	Семинарские/практические занятия	<i>из них: в форме практической подготовки</i>	Лабораторные занятия	<i>из них: в форме практической подготовки</i>	Иная контактная работа
Модуль 1-3 (Семестр 1-6)										
Секционный модуль	108		108				108			
Оздоровительный модуль	108		108				108			

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
		Самостоятельная работа	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Спортивный модуль	112	112								
Контроль промежуточной аттестации (час)										-
Форма промежуточной аттестации										зачет
Общий объем, часов	328	328								

РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1-3. семестр 1-6							
Секционный модуль	0	0	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	-	Занятия физической культурой и спортом в секциях		Сдача контрольных нормативов по физической подготовленности, выступления на

							соревнованиях вуза
Оздоровительный модуль	0	0	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	-	Занятия физической культурой и спортом в секциях		Сдача контрольных нормативов по физической подготовленности, выступления на соревнованиях вуза
Спортивный модуль	0	0	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	-	Самостоятельные занятия физической культурой и спортом в секциях		Сдача контрольных нормативов по физической подготовленности
Общий объем по семестру, часов	0	0		0		0	
Общий объем по дисциплине (модулю), часов	0	0		0		0	

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)

Секционный модуль

Раздел 1. Легкая атлетика

Цель: Овладеть техникой бега, на короткие и длинные дистанции, техникой выполнения специальных беговых упражнений, техникой прыжков, метания, техникой высокого и низкого старта.

Перечень изучаемых элементов содержания

Учебно-тренировочный подраздел. Ходьба (обыкновенная и спортивная). Специальные упражнения бегуна; бег с ускорениями с хода, с максимальной скоростью, с изменением темпа и ритма шагов. Старты: низкий, высокий; с опорой на одну руку. Финиширование: грудью, плечом. Бег: свободный по прямой и повороту, с наращиванием скорости и последующим продвижением вперед по инерции. Отталкивание как основная фаза бега; осанка и работа рук во время бега, вынос бедра, постановка стопы; техника бега на короткие дистанции, техника передачи эстафетной палочки без перекладывания в другую руку после приема (стоя на месте, в ходьбе и беге) без ограничения зоны передачи и в зоне передачи. Бег в гору и под гору (угол 20-30°). Повторный бег с предельной и околопредельной интенсивностью по прямой и повороту на отрезках от 20 до 60 м с хода с переходом в бег по инерции.

Бег с высокого старта на 100-150 м в различном темпе, на 200, 300, 400 в среднем темпе; переменный бег на 200-л 300м (общая длина дистанции 1000-1500 м).

Подводящие упражнения для овладения техникой барьерного бега.

Кросс (бег по пересеченной местности). Бег на равнинных участках, бег на местности с преодолением естественных препятствий, бег по твердому, мягкому и скользкому грунту; бег по пересеченной местности, Бег на дистанцию 2000 м (девушки) и 3000 м (юноши) на результат.

Прыжки. Техника специальных упражнений для прыжков е высоту и длину. Прыжки с место в длину, тройной, пятикратной, в высоту; с ноги на ногу, на двух ногах, скачки на левой и правой ноге, маховые движения ног в прыжках в длину и высоту, определение толчковой ноги, постановка толчковой ноги, ритм последних трех шагов, маховые движения рук в прыжках в длину и высоту, отталкивание, приземление; прыжки в длину способом «согнув ноги», ознакомление с техникой прыжка в высоту способом «перешагивание».

Метания. Общее ознакомление с техникой метания, держание снаряда (теннисного мяча, гранаты), исходное положение для метания, отведение снаряда, скрестный шаг, метания (мяча, гранаты) с 1-3-5-7 шагов. Толкание ядра (ознакомление) с места; с разбега.

Подводящие упражнения для освоения отдельных фаз и элементов метания. Упражнения с набивными мячами: перебрасывание и толкание в парах из различных положений; метания различными способами - снизу вперед, снизу через себя назад, вперед из-за головы двумя руками; толкание набивного мяча с места вверх, вперед, стоя лицом и боком в сторону толчка. Специальные упражнения, обеспечивающие повышение функциональных возможностей организма студента, способствующие совершенствованию технике метания мяча, гранаты и толканию ядро.

Раздел 2. Спортивные игры (футбол, волейбол, баскетбол)

Цель: научить технике и тактике игры в нападении и защите, технике ведения мяча (футбол, баскетбол), технике приема мяча (волейбол), баскетбол, технике подачи (волейбол), технике передачи (футбол, баскетбол).

Перечень изучаемых элементов содержания:

БАСКЕТБОЛ. Действия без мяча: передвижения приставными шагами правым и левым боком с чередованием скорости и направлением движения; переход с передвижения правым боком на передвижение левым боком; передвижение в основной стойке, остановка прыжком после ускорения; остановка в шаге; повороты на месте (вперед и назад).

Техника владения мячом. Ловля мяча: одной и двумя руками на уровне груди, двумя руками высокого мяча двумя руками низкого мяча, катящегося мяча (стоя на месте и в движении).

Передачи мяча: двумя руками от груди, двумя руками сверху, одной рукой от плеча. Передачи мяча одной рукой от плеча, одной рукой сверху, одной рукой снизу. Передачи мяча изученными способами при встречном движении и при поступательном.

Броски мяча двумя руками от груди, двумя руками сверху, броски мяча одной рукой сверху в движении после двух шагов, движение одной рукой в прыжке после ловли мяча: в прыжке со средней дальней дистанции, с места одной рукой, сверху и с дальней дистанции; штрафной бросок.

Ведение мяча: на месте и в движении с высоким и низким отскоком; с изменением направления и скорости движения, высоты отскока мяча от пола. Обводка противника без зрительного контроля. Ведение с асинхронным ритмом движений руки с мячом и ног.

Обманные действия: финт на рывок, финт но бросок, финт но проход.

Техника защиты. Техника передвижений; стойка защитника с выставленной вперед ногой. Стойка со ступнями на одной линии. Сочетания способов передвижения с техническими приемами игры в защите. Индивидуальные действия в защите (перехваты мяча; борьба за мяч, не попавший в корзину).

Тактика нападения. Индивидуальные действия: выход на свободное место с целью атаки противника и получения мяча; выбор места на площадке с целью адекватного взаимодействия с партнерами по команде, применение изученных приемов техники нападения в зависимости от ситуации на площадке; действия одного защитника против двух нападающих в системе быстрого прорыва.

Групповые действия: взаимодействие двух игроков заслонами (внутренними и наружными); взаимодействие двух игроков переключениями.

Командные действия: организация командных действий по принципу «выходи на свободное место»; позиционное нападение с применением заслонов; организация командных действий против быстрого прорыва.

Тактика защиты. Индивидуальные действия: применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действия нападающего; выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от места нахождения мяча, выбор места по отношению к нападающему с мячом. Противодействие при бросках мяча в корзину.

Групповые действия. Взаимодействие двух игроков - подстраховка, отступление, проскальзывание.

Командные действия: переключение от действий в нападении к действиям в защите, личная система защиты.

Спортивные игры: баскетбол по упрощенным и основным правилам.

Подвижные игры с использованием элементов техники игры.

ВОЛЕЙБОЛ.

Перечень изучаемых элементов содержания

Действия без мяча. Перемещения и стойки: стартовая стойка (исходное положение) – основная. Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения приставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед, двойной шаг вперед. Сочетания способов перемещений.

Действия с мячом. Передача мяча: сверху двумя руками; с собственного подбрасывания; с набрасывания партнера; в различных направлениях на месте после перемещения; передачи в парах, отбивания мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее: из зоны в зону, из глубины площадки к сетке, стоя спиной в направлении передачи сверху из глубины площадки.

Прием мяча сверху двумя руками: отскочившего от стены, после броска в сторону, после броска через сетку; от нижней и верхней прямой подачи в зону нападения; сверху двумя руками, снизу двумя руками, с подачи в зонах 6, 1, 5 и передача в зоны 3,2; нижняя передача на точность, прием мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6,1,5 и первая передача в зоны 4.3,2.

Подача мяча. Верхняя и нижняя прямая, верхняя боковая.

Нападающий удар через сетку по ходу из зон 4,3,2; в зонах 4,2 с передачей из глубины площадки; из зоны 3 с высоких и средних передач; с удаленных от сетки передач.

Блокирование: одиночное, групповое в зонах 4,2, выполняемых с передачи из зоны 3; по ходу выполняемых из двух зон (4-3 и 2-3) в известном направлении.

Тактическая подготовка. Тактика нападения. Индивидуальные действия: выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3. Выбор способа отбивания мяча через сетку: передача сверху двумя руками, кулаком снизу. Подача на точность в зоны (по заданию). Выбор места: для выполнения второй передачи в зоне 2; стоя спиной по направлению; при выполнении подач.

Групповые действия. Взаимодействие игроков в передней линии в нападении: взаимодействие игроков в задней линии при приеме мяча с подач, взаимодействие игроков зон 6,5,1 с зоной 3, взаимодействие игрока зоны 3 с игроком зоны 4, игрока зоны 3 с игроком зоны 2 (при второй передаче). Взаимодействие игроков при второй передаче зон 6,1,5 с зоной 2 (при приеме от передачи подач).

Командные действия. Прием подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом. Прием подач: первая в зону 3, вторая передача в зоны 4,2 стоя лицом в сторону передач. Система игры со второй передачи и игрока передней линии.

Тактика защиты. Выбор места при приеме подач. Расположение игроков при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 1,3. Система игры в защите при страховке нападающего игроком задней линии. Взаимодействие игроков зон 2 и 6 при приеме трудных мячей от подач, нападающих ударов, обманных действиях соперников.

Групповые действия. Взаимодействия игроков задней линии: игрока зоны 1 с игроком зоны 6, игрока зоны 5 с игроком зоны 6, игрока зоны 6 с игроками зон 5 и 6; игроков передней линии: игрока зоны 3 с игроками зон 4 и 2, игроков зон 5,1,6 с игроками зон 4,2 при приеме, подаче и передаче (при обманных действиях).

Командные действия. Расположение игроков при приеме мяча от противника «углом вперед» с применением групповых действий.

Спортивные игры: волейбол по упрощенным и основным правилам соревнований.

Упражнения: для привития навыков быстроты ответных действий; для развития качеств, необходимых при приеме и передачах мяча; для развития качеств, необходимых при подаче мяча, выполнения нападающих ударов, при блокировании. Упражнения для развития прыгучести.

Подвижные игры, направленные на развитие специальной физической подготовки волейболиста.

ФУТБОЛ.

Перечень изучаемых элементов содержания

Техника игры без мяча. Передвижения приставными шагами и скрестными шагами. Остановки шагом, повороты на 90 и 180°. Прыжки с одной ноги на другую, прыжки на двух ногах на месте, с поворотом на 90, 180, 360°.

Техника владения мячом. Удары по мячу ногой; удар внутренней стороной стопы, удар серединой подъема, удары внутренней и внешней частью подъема, удар носком, пяткой, удар внешней стороной стопы. Резанные удары, удары с лета, с полулета.

Удары по мячу головой. Удар серединой лба. Удар серединой лба в прыжке, в броске. Удар боковой частью лба.

Способы остановки мяча. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы, подошвой; опускающегося мяча внутренней стороной стопы, подошвой, внешней стороной стопы, голенью. Остановка мяча бедром, животом, грудью, головой.

Обучение ведению мяча внешней частью подъема, внутренней частью подъема.

Обучение финтам. Финты: «наступление подошвой на мяч», «ложная остановка мяча подошвой», «проброс мяча мимо соперника», «ложный замах для удара».

Обучение отбору мяча. Отбор мяча перехватом, толчком, подкатом.

Обучение вбрасыванию мяча.

Обучение технике игры вратаря. Основная стойка. Ловля катящихся и низколетающих мячей. Ловля полувысоких мячей, ловля высоколетающих мячей. Ловля мячей в падении и в броске. Отбивание летящих мячей. Вбрасывание мяча вратарем.

Раздел 3. Оздоровительная тренировка атлетическая гимнастика, изотон, фитбол-аэробика, степ-аэробика, йога, стрейчинг

Цель: научить технике выполнения базовых шагов, составлению комбинаций по степ-аэробике, подбору музыки для нагрузки различной интенсивности, разных направлений.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Базовые шаги: бэйсик-степ, приставной шаг, V-степ, L-степ, кик. Правила составления комбинации на 8 тактов, комбинации на 16 тактов, комбинации на 32 такта. Выполнение упражнений в партере на развитие гибкости, силы. Выполнение комплексов упражнений с гантелями, с эспандерами, с эластичной резиной. Комплекс аутогенной тренировки. Комплекс силовой тренировки с использованием степ-платформы. Оздоровительная тренировка в физкультурном воспитании студентов. Освоение и обучение основным физкультурно-оздоровительным технологиям. Аэробная (кардиореспираторная) тренировка, атлетическая (мышечная) гимнастика, дыхательные практики, суставная гимнастика, мышечная релаксация, гимнастика для глаз, стретчинг. Особенности развития физических качеств и способностей с оздоровительной направленностью. Дозирование физических нагрузок. Подбор упражнений оздоровительной направленности с учетом состояния здоровья.

Раздел 4. Стрельба

Цель: научить технике выполнения лыжных ходов (классических и коньковых)

Перечень изучаемых элементов содержания:

Техника безопасности при проведении занятий по пулевой стрельбе. Общие сведения о пулевой стрельбе как о виде физической подготовки. Общие сведения об устройстве оружия. Изготовление при стрельбе, прицеливание. Стрельба из оружия лежа, с упора без патронов. Дистанция 25 м. Стрельба из оружия из положения лежа с упора. Дистанция 50 м. Овладение крупноструктурными элементами техники стрельбы: изготовкой с правильным и удобным положением туловища, ног, рук; правильным захватом и удержанием оружия; общепринятыми способами управления спуском, дыханием; правильным прицеливанием, распределением мышечным усилием при удержании оружия и т. д. Проверка изученных элементов техники стрельбы на результат.

Раздел 5. Общая физическая подготовка

Цель: научить технике выполнения общеподготовительных упражнений, составлению комплексов упражнений различной направленности.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Учебно-тренировочный подраздел. Выполнение строевых команд на месте и в движении; передвижения строевым шагом. Повороты направо, налево, кругом; строевые команды.

Общеподготовительные (О.П.У.) упражнения, выполняемые группой; в парах, индивидуально, О.П.У. с использованием предметов (набивные мячи, гимнастические палки, скакалки, гантели и др.), О.П.У. у гимнастической стенки, с использованием гимнастических скамеек и других гимнастических снарядов.

Упражнения для развития гибкости; для развития быстроты и ловкости; для развития скоростно-силовых качеств. Упражнения на координацию; комплексы корригирующих упражнений для позвоночника мышц спины, живота, плечевого пояса импровизированные танцевальные движения в заданном ритме.

Прикладные упражнения; упражнения в равновесии; упражнения в висах и упорах.

Преодоление специальных гимнастических полос препятствий.

Утренняя гигиеническая гимнастика. Принципы составления и практическое выполнение комплексов упражнений с группой и индивидуально.

Физкультурная пауза (минутка). Принцип подбора упражнений, способствующих снятию утомления, Составление и практическое выполнение комплексов упражнений индивидуально и с группой.

Производственная гимнастика вводная и в режиме рабочего дня. Принцип составления и практическое выполнение комплексов упражнений с группой и индивидуально.

Акробатические упражнения. Кувырки вперед и назад с заданной скоростью в различных условиях и вариантах, перекаат назад в стойку на лопатках, перекаат вперед в упор присев; мост из положения лежа (девушки), стойка на голове и руках (юноши); в темпе прыжок вверх с поворотом на 360°. Комбинации с использованием освоенного учебного материала.

Вольные упражнения: комбинации на 32 и 48 счетов с использованием общеподготовительных упражнений, освоенных акробатических элементов, с включением танцевальных элементов.

Общая, специальная, спортивная и профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. Средства и методы ППФП. Развитие основных и профессионально-прикладных физических качеств и способностей, двигательных умений и навыков. Комплексы физических упражнений с профессионально-прикладной направленностью. Прикладные виды спорта.

Раздел 6. Шахматы.

Цель: активизировать умственные способности студентов средствами физической культуры

Перечень изучаемых элементов содержания:

Знакомство с Правилами игры, разучивание ходов, разучивание партий. Изучение истории шахмат и разнообразие систем. Игра в шахматы по упрощенным правилам проведения турниров. Проведение турниров и блиц-турниров.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К МОДУЛЮ 1.

Форма контроля - посещения секций студентами по избранному виду спорта.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К МОДУЛЮ 1.

Форма контроля- сдача контрольных нормативов.

ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ

Раздел 1. Шахматы.

Цель: активизировать умственные способности студентов средствами физической культуры

Перечень изучаемых элементов содержания:

Знакомство с Правилами игры, разучивание ходов, разучивание партий. Изучение истории шахмат и разнообразие систем. Игра в шахматы по упрощенным правилам проведения турниров. Проведение турниров и блиц-турниров.

Раздел 2. Общая физическая подготовка

Цель: научить технике выполнения общеподготовительных упражнений, составлению комплексов упражнений различной направленности.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Выполнение строевых команд на месте и в движении; передвижения строевым шагом. Повороты направо, налево, кругом; строевые команды.

Упражнения, выполняемые группой; в парах, индивидуально, О.П.У, с использованием предметов (набивные мячи, гимнастические палки, скакалки, гантели и др.), О.П.У. у гимнастической стенки, с использованием гимнастических скамеек и других гимнастических снарядов.

Упражнения для развития гибкости; на координацию; комплексы корригирующих упражнений для позвоночника мышц спины, живота, плечевого пояса импровизированные танцевальные движения в заданном ритме.

Прикладные упражнения; упражнения в равновесии.

Преодоление специальных гимнастических полос препятствий.

Утренняя гигиеническая гимнастика. Принципы составления и практическое выполнение комплексов упражнений с группой и индивидуально.

Физкультурная пауза (минутка). Принцип подбора упражнений, способствующих снятию утомления, Составление и практическое выполнение комплексов упражнений индивидуально и с группой.

Производственная гимнастика вводная и в режиме рабочего дня. Принцип составления и практическое выполнение комплексов упражнений с группой и индивидуально.

Общая, специальная, спортивная и профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. Средства и методы ППФП. Развитие основных и профессионально-прикладных физических качеств и способностей, двигательных умений и навыков. Комплексы физических упражнений с профессионально-прикладной направленностью. Прикладные виды спорта.

Раздел 3. Лечебная физическая культура.

Цель: Познакомиться с физической реабилитацией и лечебной физической культурой.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Изучить цели и средства медицинской реабилитации, дать классификацию средств ЛФК, механизмов их действия на организм и их применение на различных этапах реабилитации.

реабилитация, лечебная физкультура, кинезиотерапия, действие ЛФК на организм человека (общетонизирующее, трофическое, компенсаторное), средства и методы ЛФК.

Раздел 4: Стрельба (электронный тир, дартс)

Цели: обучить технике *стрельбы*

Перечень изучаемых элементов содержания:

Техника безопасности при проведении занятий по стрельбе. Общие сведения о стрельбе как о виде физической подготовки. Изготовка при стрельбе, прицеливание. Учебно-тренировочные занятия. Овладение крупноструктурными элементами техники стрельбы: изготковкой с правильным и удобным положением туловища, ног, рук; правильным захватом и удержанием оружия; общепринятыми способами управления спуском, дыханием; правильным прицеливанием, распределением мышечным усилием при удержании оружия и т. д.

Раздел 5. Подвижные игры

Цель: познакомить с подвижными играми различной направленности

Перечень изучаемых элементов содержания:

Методика проведения подвижных игр в младших классах. Методика проведения подвижных игр в IV-VI классах. Методика проведения подвижных игр в VII-IX классах. Методика проведения подвижных игр в X-XI классах. Игры-аттракционы. Подвижные игры на местности. Подвижные игры на воде. Подвижные игры зимой на снегу. Организация соревнований по подвижным играм.

Раздел 6. Адаптивная физическая культура

Цель: познакомить с комплексами упражнений, благотворно влияющих на состояние здоровья обучающегося с учетом заболеваний

Перечень изучаемых элементов содержания:

Виды адаптивной физической культуры: физическая реабилитация, двигательная рекреация, телесно-ориентированные практики, адаптивный спорт, экстремальные виды двигательной активности. Критерий для выделения основных видов адаптивной физической культуры - естественные и социальные потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (инвалидов), обеспечивающие его готовность к реализации нормативного для данных общественно - исторических условий образа жизни. Адаптивное физическое воспитание - как вид адаптивной физической культуры, способный удовлетворить потребность личности в реализации трудовой и бытовой деятельности, за счёт формирования у людей с отклонениями в состоянии здоровья комплекса специальных знаний, жизненно и профессионально необходимых двигательных умений и навыков; развития широкого круга основных физических и специальных качеств, повышение функциональных возможностей различных органов и систем; становления, сохранения и использования оставшихся в наличии телесно-двигательных качеств инвалида.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К МОДУЛЮ 2.

Форма контроля - посещения секций студентами по избранному виду лечебно-оздоровительной двигательной активности.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К МОДУЛЮ 1.

Форма контроля- сдача контрольных испытаний студентами по модулю.

СПОРТИВНЫЙ МОДУЛЬ

Раздел 1. Легкая атлетика

Цель: Совершенствовать технику бега, на короткие и длинные дистанции, технику выполнения специальных беговых упражнений, технику прыжков, технику высокого и низкого старта.

Перечень изучаемых элементов содержания

Учебно-тренировочный подраздел. Ходьба (обыкновенная и спортивная). Специальные упражнения бегуна; бег с ускорениями с хода, с максимальной скоростью, с изменением темпа и ритма шагов. Старты: низкий, высокий; с опорой на одну руку. Финиширование: грудью, плечом. Бег: свободный по прямой и повороту, с наращиванием скорости и последующим продвижением вперед по инерции. Отталкивание как основная фаза бега; осанка и работа рук во время бега, вынос бедра, постановка стопы; техника бега на короткие дистанции, техника передачи эстафетной палочки без переключивания в другую руку после приема (стоя на месте, в ходьбе и беге) без ограничения зоны передачи и в зоне передачи. Бег в гору и под гору (угол 20-30°). Повторный бег с предельной и околопредельной интенсивностью по прямой и повороту на отрезках от 20 до 60 м с хода с переходом в бег по инерции.

Бег с высокого старта на 100-150 м в различном темпе, на 200, 300, 400 в среднем темпе; переменный бег на 200-л 300м (общая длина дистанции 1000-1500 м).

Подводящие упражнения для овладения техникой барьерного бега.

Кросс (бег по пересеченной местности). Бег на равнинных участках, бег на местности с преодолением естественных препятствий, бег по твердому, мягкому и скользкому грунту; бег по пересеченной местности, Бег на дистанцию 2000 м (девушки) и 3000 м (юноши) на результат.

Прыжки. Техника специальных упражнений для прыжков е высоту и длину. Прыжки с место в длину, тройной, пятикратной, в высоту; с ноги на ногу, на двух ногах, скачки на левой и правой ноге, маховые движения ног в прыжках в длину и высоту, определение толчковой ноги, постановка толчковой ноги, ритм последних трех шагов, маховые движения рук в прыжках в длину и высоту, отталкивание, приземление; прыжки в длину способом «согнув ноги», ознакомление с техникой прыжка в высоту способом «перешагивание».

Метания. Общее ознакомление с техникой метания, держание снаряда (теннисного мяча, гранаты), исходное положение для метания, отведение снаряда, скрестный шаг, метания (мяча, гранаты) с 1-3-5-7 шагов. Толкание ядра (ознакомление) с места; с разбега.

Подводящие упражнения для освоения отдельных фаз и элементов метания. Упражнения с набивными мячами: перебрасывание и толкание в парах из различных положений; метания различными способами - снизу вперед, снизу через себя назад, вперед из-за головы двумя руками; толкание набивного мяча с места вверх, вперед, стоя лицом и боком в сторону толчка. Специальные упражнения, обеспечивающие повышение функциональных возможностей организма студента, способствующие совершенствованию технике метания мяча, гранаты и толканию ядро.

Раздел 2. Футбол

Цель: совершенствовать технику и тактику игры в нападении и защите, технику ведения мяча, технику передачи.

Перечень изучаемых элементов содержания

Техника игры без мяча. Передвижения приставными шагами и скрестными шагами. Остановки шагом, повороты на 90 и 180°. Прыжки с одной ноги на другую, прыжки на двух ногах на месте, с поворотом на 90, 180, 360°.

Техника владения мячом. Удары по мячу ногой; удар внутренней стороной стопы, удар серединой подъема, удары внутренней и внешней частью подъема, удар носком, пяткой, удар внешней стороной стопы. Резанные удары, удары с лета, с полулета.

Удары по мячу головой. Удар серединой лба. Удар серединой лба в прыжке, в броске. Удар боковой частью лба.

Способы остановки мяча. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы, подошвой; опускающегося мяча внутренней стороной стопы, подошвой, внешней стороной стопы, голенью. Остановка мяча бедром, животом, грудью, головой.

Обучение ведению мяча внешней частью подъема, внутренней частью подъема.

Обучение финтам. Финты: «наступление подошвой на мяч», «ложная остановка мяча подошвой», «проброс мяча мимо соперника», «ложный замах для удара».

Обучение отбору мяча. Отбор мяча перехватом, толчком, подкатом.

Обучение вбрасыванию мяча.

Обучение технике игры вратаря. Основная стойка. Ловля катящихся и низколетающих мячей. Ловля полувысоких мячей, ловля высоколетающих мячей. Ловля мячей в падении и в броске. Отбивание летящих мячей. Вбрасывание мяча вратарем.

Раздел 3. Баскетбол

Цель: совершенствовать технику и тактику игры в нападении и защите, технику ведения мяча, технику передачи.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Действия без мяча: передвижения приставными шагами правым и левым боком с чередованием скорости и направлением движения; переход с передвижения правым боком на передвижение левым боком; передвижение в основной стойке, остановка прыжком после ускорения; остановка в шаге; повороты на месте (вперед и назад).

Техника владения мячом. Ловля мяча: одной и двумя руками на уровне груди, двумя руками высокого мяча двумя руками низкого мяча, катящегося мяча (стоя на месте и в движении).

Передачи мяча: двумя руками от груди, двумя руками сверху, одной рукой от плеча. Передачи мяча одной рукой от плеча, одной рукой сверху, одной рукой снизу. Передачи мяча изученными способами при встречном движении и при поступательном.

Броски мяча двумя руками от груди, двумя руками сверху, броски мяча одной рукой сверху в движении после двух шагов, движение одной рукой в прыжке после ловли мяча: в прыжке со средней дальней дистанции, с места одной рукой, сверху и с дальней дистанции; штрафной бросок.

Ведение мяча: на месте и в движении с высоким и низким отскоком; с изменением направления и скорости движения, высоты отскока мяча от пола. Обводка противника без зрительного контроля. Ведение с асинхронным ритмом движений руки с мячом и ног.

Обманные действия: финт на рывок, финт но бросок, финт но проход.

Техника защиты. Техника передвижений; стойка защитника с выставленной вперед ногой. Стойка со ступнями на одной линии. Сочетания способов передвижения с техническими приемами игры в защите. Индивидуальные действия в защите (перехваты мяча; борьба за мяч, не попавший в корзину).

Тактика нападения. Индивидуальные действия: выход на свободное место с целью атаки противника и получения мяча; выбор места на площадке с целью адекватного взаимодействия с партнерами по команде, применение изученных приемов техники нападения в зависимости от ситуации на площадке; действия одного защитника против двух нападающих в системе быстрого прорыва.

Групповые действия: взаимодействие двух игроков заслонами (внутренними и наружными); взаимодействие двух игроков переключениями.

Командные действия: организация командных действий по принципу «выходи на свободное место»; позиционное нападение с применением заслонов; организация командных действий против быстрого прорыва.

Тактика защиты. Индивидуальные действия: применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действия нападающего; выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от места нахождения мяча, выбор места по отношению к нападающему с мячом. Противодействие при бросках мяча в корзину.

Групповые действия. Взаимодействие двух игроков - подстраховка, отступление, проскальзывание.

Командные действия: переключение от действий в нападении к действиям в защите, личная система защиты.

Спортивные игры: баскетбол по упрощенным и основным правилам.

Подвижные игры с использованием элементов техники игры.

Раздел 4. Настольный теннис

Цель: совершенствовать технику и тактику игры в нападении и защите, технику ведения мяча, технику передачи.

Перечень изучаемых элементов содержания: обучение и совершенствование технике толчка, подрезки, наката, топ-спина, блока, контр-удара. Изучение основных технических приемов, удара слева, удара справа. Изучение удара слева толчком, подача слева толчком, удар справа/слева крученный по высокому и полуввысокому мячу, удар слева/справа крученный, наводящий (накат), подача слева/справа крученая, крученая свеча справа/слева.

Раздел 5. Художественная и эстетическая гимнастика

Цель: способствовать гармоничному физическому развитию, совершенствовать гибкость и пластику движений.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Обучение и совершенствование упражнениям с булавами, мячом, скакалкой, лентой. Составление комбинаций, совершенствование работы телом - волны, взмахи, сжатия, скручивания, работа таза, обучение правильному дыханию.

Раздел 6. Шахматы.

Цель: совершенствовать умственные способности студентов средствами физической культуры

Перечень изучаемых элементов содержания: Знакомство с правилами игры, разучивание ходов, разучивание партий. Изучение истории шахмат и разнообразие систем. Игра в шахматы по упрощенным правилам проведения турниров. Проведение турниров и блиц-турниров.

Раздел 7. Mix-dance

Цель: обучиться методике овладения искусством современных танцев.

Перечень изучаемых элементов содержания: развитие обще танцевальных навыков, чувства ритма, координации и пластики, элементам актерского мастерства, импровизации и акробатики.

Раздел 8. Черлидинг

Цель: обучиться методике привлечения зрителей с целью популяризации физической культуры и спорта.

Перечень изучаемых элементов содержания: элементы спортивной гимнастики и акробатики, построение пирамид и танцевальные перестроения под зычные кричалки, спортивные танцы с элементами гимнастики, с присутствием пластичности, хорошей хореографии, грации и синхронности.

Раздел 9. Танцы

Цель: обучиться методике овладения искусством бальных танцев.

Перечень изучаемых элементов содержания: медленный вальс, квикстеп (быстрый фокстрот), венский вальс, танго, медленный фокстрот, самба, ча-ча-ча, джайв, румба и пасодобль.

Раздел 10. Дартс.

Цель: совершенствовать ловкость, развивать глазомер и умение концентрироваться на цели.

Перечень изучаемых элементов содержания: история дартс, оборудование и инвентарь для дартса, санитарно-гигиенические аспекты занятий дартсом, самоконтроль, оказание первой медицинской помощи, влияние занятий дартсом на функции организма учащихся, высота мишени и расстояние до нее, дротик, правила, раунды, правила турниров по дарсу, разновидности игры в дартс: «Набор очков», Классическая игра «501», игра «Раунд», Игра «Быстрый раунд», Игры «Раунд по двойным» и «Раунд по тройным», игра «Сектор 20», Игра «Булл-ай», Игра «Крикет», Игра «500», Игра «27», Игра «Шанхай» - Shanghai, Игра «Все пятерки», Игра «Убегай» - Parchessi, Игра «7 жизней».

Раздел 11. Бочча

Цель: совершенствовать ловкость, развивать глазомер и умение концентрироваться на цели.

Перечень изучаемых элементов содержания: история бочча, размеры поля, размеры мяча, броски, одиночная игра, парная игра, круг, точность, прогрессив, эстафета.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К МОДУЛЮ 3.

Форма контроля - посещения спортивных секций студентами по избранному виду спорта.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К МОДУЛЮ 3.

Форма контроля- выступления студентов сборных команд на спортивных соревнованиях вуза.

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является **зачет**, который проводится в **устной** форме.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
УК – 7.	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знать: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря.	Этап формирования знаний

		<p>Уметь: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности;</p> <p>- проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности</p>	Этап формирования умений
		<p>Владеть опытом: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима;</p> <p>- планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.</p>	Этап формирования навыков и получения опыта

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
-----------------	--------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------

<p>УК-7</p>	<p>Этап формирования знаний.</p>	<p>Теоретический блок вопросов.</p> <p>Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал</p>	<p>1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок: (9-10] баллов;</p> <p>2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения: [8-9) баллов;</p> <p>3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала: (6-8) баллов;</p> <p>4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки: [0-6] баллов.</p>
--------------------	----------------------------------	--	---

УК-7	Этап формирования умений	<p>Аналитическое задание (<i>сдача контрольных нормативов, участие в соревнованиях сборных команд университета</i>)</p> <p>Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10) баллов;</p> <p>2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов;</p> <p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов;</p> <p>4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6) баллов.</p>
УК-7	Этап формирования навыков и получения опыта.	<p>Аналитическое задание (<i>сдача контрольных нормативов, участие в соревнованиях сборных команд университета</i>)</p> <p>Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10) баллов;</p> <p>2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов;</p> <p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов;</p> <p>4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6) баллов.</p>

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Примерный перечень контрольных нормативов к промежуточной аттестации студентов, посещающих спортивный и секционный модули.

ЮНОШИ

Наименование упражнения	1 балл	2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
Кросс - 3000 метров, мин, с	16,00	15,30	15,10	14,40	13,10
Бег на 100 метров, с	15,8	15,0	14,6	14,3	13,8
Прыжок в длину с места, см	160	180	200	210	230

Поднимание туловища из положения лежа (количество раз за 1 минуту)	20	25	30	40	50
Подтягивание на перекладине Или рывок гири 16 кг., (количество раз)	4	6	8	10	13
	5	10	15	25	35
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке (ниже уровня скамьи), см.	4	5	6	8	13
Бег на лыжах на 5 км (мин., с)	27.00	26.30	25.40	25.00	23.40

ДЕВУШКИ

Наименование упражнения	1 балл	2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
Кросс - 2000 метров, мин, с	13,00	12,30	11,50	11,20	9,50
Бег на 100 метров, с	19,0	18,5	18,0	17,6	16,3
Прыжок в длину с места, см	140	150	160	170	185
Поднимание туловища из положения лежа (количество раз за 1 минуту)	15	18	20	30	40
Подтягивание из виса на низкой перекладине (раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (раз)	4	6	8	10	13
	5	7	9	10	16
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке (ниже уровня скамьи), см.	3	5	7	9	16
Бег на лыжах на 3 км (мин., с)	21.00	20.00	19.15	18.45	17.30

Функциональные пробы и тесты

Уровень функционального состояния организма можно определить с помощью функциональных проб и тестов.

Проба Штанге (задержка дыхания на вдохе). После 5-ти минут отдыха сидя сделать 2-3 глубоких вдоха и выдоха, а затем, сделав полный вдох задерживают дыхание, время отсчитывается от момента задержки дыхания до её прекращения. Средним показателем является способность задержать дыхание на вдохе для нетренированных людей на 40-55с, для тренированных – на 60-90с и более. С нарастанием тренированности время задержки дыхания возрастает, при заболевании или переутомлении это время снижается до 30-35с. Эта проба характеризует устойчивость организма к недостатку кислорода.

Одномоментная проба. Перед выполнением одномоментной пробы отдыхают стоя, без движений в течение 3мин. Затем замеряют ЧСС за одну минуту. Далее выполняют 20 глубоких приседаний за 30с из исходного положения ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. При приседании руки выносят вперед, а при выпрямлении возвращают в исходное положение. После выполнения

приседаний подсчитывают ЧСС в течение одной минуты. При оценке определяется величина учащения ЧСС после нагрузки в процентах. Величина по 20% означает отличную реакцию сердечно-сосудистой системы на нагрузку, от 21 до 40% – хорошую, от 41 до 65% – удовлетворительную, от 66 до 75% – плохую, от 76 и более – очень плохую.

Ортоstaticкая проба. Служит для характеристики функциональной полноценности рефлекторных механизмов регуляции гемодинамики и оценки возбудимости центров симпатической иннервации.

У обследуемого после 5-минутного пребывания в положении лежа регистрируют частоту сердечных сокращений. Затем по команде обследуемый спокойно (без рывков) занимает положение стоя. Пульс подсчитывается на 1-й и 3-й минуте пребывания в вертикальном положении, кровяное давление определяется на 3-й и 5-й минуте. Оценка пробы может осуществляться только по пульсу или по пульсу и артериальному давлению.

Оценка ортоstaticкой пробы			
Показатели	Переносимость пробы		
	хорошая	удовлетворительная	неудовлетворительная
Частота сердечных сокращений	Учащение не более чем на 11 уд.	Учащение на 12-18 уд.	Учащение на 19 уд. и более
Систолическое давление	Повышается	Не меняется	Снижается в пределах 5—10 мм рт. ст.
Диастолическое давление	Повышается	Не изменяется или несколько повышается	Повышается
Пульсовое давление	Повышается	Не изменяется	Снижается
Вегетативные реакции	Отсутствуют	Потливость	Потливость, шум в ушах

Возбудимость центров симпатической иннервации определяется по степени учащения пульса (СУП), а полноценность вегетативной регуляции по времени стабилизации пульса. В норме (у молодых лиц) пульс возвращается к исходным значениям на 3 минуте. Критерии оценки возбудимости симпатических звеньев по индексу СУП представлены в таблице.

Возбудимость	Степень учащения пульса %
Нормальная:	
Слабая	До 9,1
Средняя	9,2-18,4
Живая	18,5-27,7
Повышенная:	
Слабая	27,8-36,9
Заметная	37,0-46,2
Значительная	46,3-55,4
Резкая	55,5-64,6
Очень резкая	64,7 и более

Клиноstaticкая проба.

Характеризует возбудимость центров парасимпатической иннервации. Методика поведения: исследуемый плавно переходит из положения стоя в положение лежа. Подсчитывают и сравнивают частоту пульса в вертикальном и горизонтальном положениях. Клиноstaticкая проба в норме проявляется замедлением пульса на 2-8 уд.

Оценка возбудимости центров парасимпатической иннервации

Возбудимость	Степень замедления пульса %
Нормальная:	

слабая	До 6,1
средняя	6,2 - 12,3
живая	12,4- 18,5
Повышенная:	
слабая	18,6- 24,6
заметная	24,7- 30,8
значительная	30,9- 37,0
резкая	37,1- 43,1
очень резкая	43,2и более

Проба Генчи (задержка дыхания на выдохе). Выполняется также, как и проба Штанге, только задержка дыхания производится после полного выдоха. Здесь средним показателем является способность задержать дыхание на выдохе для нетренированных людей на 25-30с, для тренированных – на 40-60с и более.

Проба Рюффье. Для оценки деятельности сердечно-сосудистой системы можно пользоваться пробой Рюффье. После 5-минутного спокойного состояния в положении сидя подсчитать пульс за 15с (P₁), затем выполнить 30 приседаний. Сразу после приседаний (стоя) подсчитать пульс за первые 15с (P₂) и за последние 15с первой минуты восстановления (P₃) после нагрузки. Результаты оцениваются по индексу, который определяется по формуле:

$$\text{ИСД} = \frac{4 \times (P_1 + P_2 + P_3) - 200}{10}$$

Вычисляемый индекс сердечной деятельности (ИСД) является критерием оптимальности вегетативного обеспечения сердечно-сосудистой системы при выполнении физической нагрузки малой мощности.

Трактовка пробы: при ИСД менее 5 – оценка «отлично»; при ИСД менее 10 – «хорошо»; менее 15 – «удовлетворительно»; при ИСД более 15 – «плохо».

Тест не рекомендуется выполнять людям с заболеваниями сердечно-сосудистой системы. Можно рекомендовать другую пробу: 20 приседаний за 30с, если пульс увеличится: на 25% – «отлично»; на 25-50% – «хорошо»; от 50-75% – «плохо».

Оценка общей физической подготовленности по тесту К. Купера.

Оценка уровня физической подготовленности в зависимости от дистанции (по К. Куперу)

Оценка уровня физической подготовленности	Дистанция (км) для женщин		Дистанция (км) для мужчин	
	17-19 лет	20-29 лет	13-19 лет	20-29 лет
Очень плохо	< 1,6	< 1,55	< 2,1	< 1,95
Плохо	1,6-1,9	1,55-1,8	2,1-2,2	1,95-2,1
Удовлетворительно	1,9-2,1	1,8-1,9	2,2-2,5	2,1-2,4
Хорошо	2,1-2,3	1,9-2,1	2,5-2,75	2,4-2,6
Отлично	2,3-2,4	2,1-2,3	2,75-3,0	2,6-2,8
Превосходно	> 2,4	> 2,3	> 3,0	> 2,8

Определение уровня физической работоспособности по Гарвардскому степ-тесту (ИГСТ).

Цель теста – оценить скорость протекания восстановительных процессов после прекращения дозированной мышечной работы. При проведении теста необходима следующая аппаратура: ступеньки разной высоты, секундомер, метроном.

Методика проведения теста. Физическая нагрузка задаётся в виде восхождений на ступеньку. Высота ступеньки и время выполнения мышечной работы зависят от пола, возраста и физического развития испытуемого:

Группы испытуемых	Высота ступеньки, см	Время восхождений, мин.
-------------------	----------------------	-------------------------

Юноши и девушки (17-19 лет) с ростом выше 1,85 см	50	4
--	----	---

Во время тестирования испытуемому предлагается совершать подъёмы на ступеньку в заданном темпе – с частотой 30 раз в 1 мин. Темп движений задаётся метрономом, частоту которого устанавливают на 120 уд/мин.

После окончания физической нагрузки испытуемый отдыхает сидя. Начиная со 2-й минуты у него 3 раза по 30-секундным отрезкам времени подсчитывается число пульсовых ударов: с 60-й до 90-й восстановительного периода, со 120-й до 150-й и со 180-й до 210-й с. Значения этих трёх подсчётов суммируются и умножаются на 2 (перевод в ЧСС в 1 мин.). Результаты тестирования выражаются в условных единицах в виде индекса Гарвардского степ теста (ИГСТ). Эту величину рассчитывают из следующего уравнения:

$$\text{ИГСТ} = \frac{t \times 100}{(f_1 + f_2 + f_3) \times 2'}$$

где t – фактическое время выполнения физической нагрузки в секундах; $f_1 + f_2 + f_3$ – сумма пульса за первые 30 с. каждой минуты (начиная со 2-й) восстановительного периода.

Оценка результатов тестирования. Величина ИГСТ характеризует скорость восстановительных процессов после достаточно напряжённой мышечной работы. Чем быстрее восстанавливается пульс, тем меньше величина $f_1 + f_2 + f_3$ и, следовательно, тем выше индекс Гарвардского степ-теста.

Шкала оценки величин ИГСТ

ИГСТ	Оценка
Меньше 55	Плохая
55-64	Ниже средней
65-79	Средняя
80-89	Хорошая
90 и больше	Отличная

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ МИНИМАЛЬНЫЙ НЕДЕЛЬНЫЙ ДВИГАТЕЛЬНЫЙ ОБЪЕМ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ (для студентов основной и специальных медицинских групп)

Упражнения	Объем
Юноши:	
1. Утренняя гимнастика (мин.)	105-140
2. Оздоровительный бег (км) или ходьба на лыжах (км)	15-17 22-24
3. Подтягивание на перекладине (кол-во раз) или сгибание рук в упоре лежа	70-85 120-140
4. Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены (кол-во раз)	140-160
5. Из основной стойки наклоны туловища вперед с прямыми ногами (кол-во раз)	90-120
6. Ускоренная ходьба (км)	25-35
Девушки:	
1. Утренняя гимнастика (мин.)	105-140
2. Оздоровительный бег (км) или ходьба на лыжах (км)	12-14 16-18
3. Прыжки на месте через скакалку (кол-во раз)	350
4. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, высота опоры 50 см (кол-во раз)	210-220

или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (110-120 см)	85-95
5. Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены (кол-во раз)	100-120
6. Из основной стойки наклоны туловища вперед с прямыми ногами (кол-во раз)	90-120
7. Ускоренная ходьба (км)	20-30

Теоретический блок вопросов:

Перечень вопросов к зачету

(для студентов временно освобожденных от практических занятий):

1. Понятия «физическая культура», «спорт», «физическое воспитание».
2. Физическое развитие, физическое совершенство. Физическая подготовка и двигательная активность человека.
3. Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования и ее задачи.
4. Здоровый образ жизни и факторы его составляющие. Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни.
5. Значение физических упражнений для здоровья человека.
6. Гигиенические правила занятий физическими упражнениями.
7. Социальные и биологические факторы, их влияние на физическое развитие человека.
8. Воздействие экологических факторов на организм.
9. Физическая культура как средство борьбы с гиподинамией и гипокинезией.
10. Общая физическая подготовка (ОФП) и специальная физическая подготовка (СФП) студента. Их характеристики.
11. Средства физической культуры.
12. Оздоровительные силы природы как средство физической культуры.
13. Сила. Средства и методы развития силы.
14. Гибкость. Средства и методы развития гибкости.
15. Ловкость. Средства и методы развития ловкости.
16. Выносливость. Средства и методы развития выносливости.
17. Быстрота. Средства и методы развития быстроты.
18. Дыхательная система и ее функции при занятиях физическими упражнениями.
19. Опорно-двигательный аппарат и его функции при занятиях физическими упражнениями.
20. Сердечно-сосудистая система и ее функции при занятиях физическими упражнениями.
21. Врачебный контроль при занятиях физической культурой, его цель.
22. Критерии физического развития и физической подготовленности.
23. Правила самостоятельных занятий физическими упражнениями.
24. Значение утренней гимнастики.
25. Приемы закаливания.
26. Самоконтроль, основные методы. Дневник самоконтроля спортсмена.
27. Методы профилактики профессиональных заболеваний.
28. Основные формы производственной физической культуры.
29. Массовый спорт и спорт высших достижений. Их цели, задачи и различия.
30. Студенческий спорт. Организация и планирование спортивной подготовки в вузе.

Аналитическое задание

(для студентов, временно освобожденных от практических занятий)

1. «Утренняя гигиеническая гимнастика (УГГ)». Составить письменно комплекс УГГ.
2. «Оценка физического развития»:
 - антропометрические измерения;
 - антропометрические индексы;
 - функциональные пробы

3. Составить и обосновать индивидуальный комплекс физических упражнений.
4. Методика проведения массажных приемов. Правила проведения самомассажа.
5. Составить и обосновать индивидуальную оздоровительную программу.
6. Применение методики оценки уровня функционального и физического состояния организма.
7. Использование методов, стандартов, антропометрических индексов, номограмм, функциональных проб, упражнений-тестов для оценки функционального состояния, физической подготовленности и физического развития организма с учетом данных врачебного контроля и самоконтроля.
8. Методика проведения комплексов упражнений, применяемых при различных заболеваниях. Разработать примерный комплекс упражнений при заболевании (по выбору обучающегося)
9. Выявление и устранение ошибок в технике выполнения упражнений.
10. Методика самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной физической подготовки.
11. Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера труда. Разработать комплекс упражнений для производственной гимнастики

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата в Российском государственном социальном университете и Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебное пособие для вузов / А. А. Зайцев [и др.] ; под общей редакцией А. А. Зайцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 227 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12624-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496335>

5.1.2. Дополнительная литература

1. Индивидуальный дневник здоровья студента : практикум : [16+] / сост. И. А. Мищенко, Е. В. Волынская ; Липецкий государственный педагогический университет им. П.П. Семенова-Тян-Шанского. – Липецк : Липецкий государственный педагогический университет имени П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2019. – 60 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=576670>. – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.

2. Парыгина, О. В. Элективные курсы по физической культуре и спорту. Волейбол: методические рекомендации : методическое пособие : [16+] / О. В. Парыгина ; Московская государственная академия водного транспорта. – Москва : Альтаир : МГАВТ, 2018. – 45 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=682068>. – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.

3. Туревский, И. М. Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО : учебное пособие для вузов / И. М. Туревский, В. Н. Бородаенко, Л. В. Тарасенко. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 146 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11118-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/495446>

4. Шамрай, С.Д. Воспитание физической культуры студентов вуза традиционно-прикладной направленности: монография / С.Д. Шамрай, И.В. Кивихарью; Министерство образования и науки Российской Федерации, Высшая школа народных искусств (академия). – Санкт-Петербург: Высшая школа народных искусств, 2018. – 178 с.: табл., граф. – Библиогр.: с. 138-147 – ISBN 978-5-906697-92-9; То же [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=499659>.

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com

5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/
----	--------------------------------------	--	---

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) «*Элективные дисциплины по физической культуре и спорту*» предполагает изучение материалов дисциплины (модуля) на аудиторных занятиях. Аудиторные занятия проходят в форме практических занятий.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программой дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к занятию практического типа

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач,

- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной учебной программой тематики.

Практические занятия по физической культуре и спорту проходят с учетом физических особенностей студентов и включают: подготовительную, основную и заключительные части.

Преподаватель предоставляет студентам 10 минут времени до начала занятий и 10 минут после занятия на переодевание, чистое время практической части составляет 70 минут.

На занятии преподавателю необходимо обращать внимание на формирование у студентов индивидуально-психологических качеств личности, таких как, целеустремленность, волевая активность, толерантность к стрессовым ситуациям, необходимых для формирования готовности студентов к профессиональной деятельности. А также на формирование социально-психологических свойства личности, обеспечивающих эффективное вхождение студента в социокультурное пространство для решения профессиональных задач в составе творческого коллектива и индивидуально.

1. Студенты обязаны ежегодно проходить медицинское обследование. По заключению врача студенты распределяются в учебные группы: основные (практически здоровые или имеющие незначительные ограничения двигательной активности обучающиеся); специально-медицинские (студенты с ограниченными возможностями здоровья) и спортивные (имеющие высокий уровень физической подготовленности, опыт учебно-тренировочной работы и участие в соревнованиях по избранному виду спорта).

2. Студенты имеют право переходить из одной учебной группы в другую только после окончания семестра, по представлению заключения врача и декана факультета физической культуры, осуществляющей подготовку по физической культуре и спорту.

3. Студенты спортивных групп занимаются в составе сборных команд университета по видам спорта не менее – 4 раз в неделю во второй половине дня (с 17:00 часов) согласно расписанию, составленного руководителем спортивного клуба.

4. Студенты обязаны посещать практические занятия только в спортивной форме.

5. Студенты, пропустившие более 6-ти часов практических занятий, обязаны отработать их до начала экзаменационной сессии у ведущего преподавателя по расписанию занятий.

6. Студенты, временно освобожденные от практических занятий после перенесенных заболеваний, обязаны присутствовать на занятиях по расписанию и выполнять задания методико-практического раздела программы.

7. Студенты обязаны сдать контрольные нормативы и зачетные требования строго по графику в период контрольных занятий.

8. Студенты, освобожденные от практических занятий по состоянию здоровья, оцениваются по результатам семестровой работы (в том числе решения аналитических заданий).

9. Студенты обязаны посещать все виды практических занятий, выполнять в установленные сроки все виды заданий, предусмотренных рабочей программой дисциплины.

10. Студенты обязаны уважать труд и достоинство преподавателей, учебно-вспомогательного персонала и других работников Университета.

11. Студенты обязаны соблюдать правила поведения и охраны труда на спортивных объектах.

12. Студенты обязаны стремиться к повышению уровня физической культуры, нравственному и физическому совершенствованию, способствовать развитию и росту престижа Университета.

13. Студенты обязаны бережно относиться к материальным ценностям, находящимся на спортивных объектах Университета.

Обработка, обобщение полученных результатов практической работы проводится обучающимися самостоятельно или под руководством преподавателя (в зависимости от степени сложности поставленных задач). В результате оформляется индивидуальный отчет. Подготовленная к сдаче на контроль и оценку работа сдается преподавателю. Форма отчетности может быть письменная, устная или две одновременно. Главным результатом в данном случае служит получение положительной оценки по каждой лабораторной работе/практическому занятию. Это является необходимым условием при проведении рубежного контроля и допуска к зачету. При получении неудовлетворительных результатов обучающийся имеет право в дополнительное время пересдать преподавателю работу до проведения промежуточной аттестации.

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7
2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic
3. Справочная система Консультант+
4. Okular или Acrobat Reader DC
5. Ark или 7-zip

6. SKY DNS

7. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения дисциплины (модуля) «*Элективные дисциплины по физической культуре и спорту*» в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура* используются:

Спортивные объекты Университета

Реализация учебной дисциплины в форме практических занятий требует наличия игровых спортивных залов, учебно-тренировочной базы, стадиона, зала силовой подготовки, раздевалок, душевых.

Оборудование спортивных залов: мячи, волейбольные сетки, баскетбольные щиты, гимнастические палки, скакалки, скамейки.

Оборудование учебно-тренировочной базы: лыжи, ботинки, палки, подготовленные лыжные трассы.

Оборудование стадиона: футбольные ворота, беговые дорожки с разметкой, прыжковая яма.

Оборудование залов силовой подготовки: тренажеры на свободных весах, блочные тренажеры, кардиотренажеры, грифы, диски, гантели, штанги, гимнастические палки, скакалки, скамейки.

Оборудование раздевалок: скамейки, шкафчики для одежды.

Спортивные объекты:

Наименование объекта	Адрес	Площадь объекта	Количество занимающихся
Плоскостное сооружение	Лосиноостровская, дом 24	300 м ²	80-100 (одновременно)

Спортивный зал	Лосиноостровская, дом 24	240 м ²	45-60
Тир	Лосиноостровская, дом 24	25,7 м ²	20-25
Шахматный дом	В.Пика дом 4 стр. 3	120	50 (одновременно)

5.6 Образовательные технологии

При реализации дисциплины (модуля) «*Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (модуля)*» применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение дисциплины (модуля) «*Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (модуля)*» предусматривает использование в учебном процессе проведения учебных занятий в форме двигательной деятельности в зависимости от выбранного студентами вида спорта или активности с целью формирования и развития **профессиональных** навыков обучающихся.

При освоении дисциплины (модуля) «*Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (модуля)*» предусмотрено применением электронного обучения.

Учебные часы дисциплины (модуля) «*Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (модуля)*» предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках дисциплины (модуля) «*Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (модуля)*» предусмотрены встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых связана с *направленностью* реализуемой основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1	Утверждена и введена в действие решением Ученого Совета факультета физической культуры на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. №940 и приказом Министерства науки и высшего образования от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные образовательные стандарты высшего образования»	Протокол заседания Ученого совета факультета № 10 от «01» июня 2022 года	01.09.2022



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«03» июня 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
ЧЕЛОВЕК И ЕГО ПРАВА В КОНТЕКСТЕ СОВРЕМЕННОЙ РЕАЛЬНОСТИ**

Направление подготовки
49.03.01 «Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА**

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Человек и его права в контексте современной реальности» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура*, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования.

Рабочая программа дисциплины (модуля) разработана рабочей группой в составе: Афонин Михаил Викторович, к.ю.н., доцент, доцент гуманитарного факультета.

Руководитель основной профессиональной образовательной программы к.п.н., доцент



Петрова М. А.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обсуждена и утверждена на Ученом совете гуманитарного факультета.
Протокол № 12 от «31» мая 2022 года.

И.о. декана гуманитарного факультета, доцент, к.ю.н., доцент


(подпись)

М.В. Афонин

Программа дисциплины (модуля) рекомендована к утверждению представителями организаций-работодателей:

Международная общественная организация «Федерация Мира и Согласия», президент



(подпись)

В.И. Камышанов

Институт Европы РАН, директор



(подпись)

А.А. Громько

Рабочая программа дисциплины (модуля) рецензирована и рекомендована к утверждению:

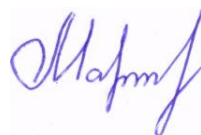
Доктор философских наук, доцент, профессор кафедры социально-гуманитарных, экономических и естественнонаучных дисциплин Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ



(подпись)

А. И. Тонконогов

Доктор политических наук, профессор, профессор гуманитарного факультета РГСУ



(подпись)

М.Ю. Мартынова

Согласовано
Научная библиотека, директор



(подпись)

И.Г. Маляр

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы бакалавриата	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	5
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	7
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	7
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	8
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	13
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	13
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	15
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	17
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	26
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы	27
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	28
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	29
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	31
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	32
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	32
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	32
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	33
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю).....	34
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	34
5.6 Образовательные технологии	35
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	36

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1. Цель и задачи дисциплины (модуля)

Целями освоения дисциплины «Человек и его права в контексте современной реальности» являются:

- усвоение общего комплекса знаний о правах человека как центрального элемента современных правовых систем;
- интеграция всех приобретенных студентами знаний о проблеме прав человека;
- формирование у студентов чувства высокого уважения к правам человека как ценности мировой цивилизации;
- ознакомление их с выработанными на практике формами и методами их защиты.

Кроме того, задачами дисциплины являются изучение социально-философских предпосылок возникновения и юридического закрепления основных прав, свобод и обязанностей человека и гражданина в государственно-организованном обществе и, прежде всего, в рамках правового государства, выявление принципов правового оформления основных прав, свобод и обязанностей, обеспечения их реализации. При этом ставится задача выявления важнейших признаков, выделяющих основные права, свободы и обязанности из числа других прав, свобод и обязанностей, закрепляемых нормами различных отраслей права.

В рамках курса «Человек и его права в контексте современной реальности» студенты должны изучить структурные элементы государственно-правового института основ правового положения личности, провести дифференциацию понятий «человек», «гражданин», «личность», определить их связь с правовыми характеристиками физического лица как участника (субъекта) правовых связей и отношений.

Для понимания сущности и содержания основ правового положения личности, его разновидностей необходимо выявить связь гражданства и основ правового положения личности, имея в виду, что гражданство выступает в качестве причины возникновения статуса гражданина. Гражданство следует анализировать как многозначное явление – как политико-правовую связь физического лица и государства, как государственно-правовой институт. Следует обратить внимание на политико-социальную обусловленность правового регулирования отношений по поводу возникновения и прекращения гражданства, сложные последствия введения принципа двойного гражданства в российскую практику. Особое внимание следует уделить анализу действующего законодательства о гражданстве, в частности, Федерального закона от 31 мая 2002 года № 62-ФЗ «О гражданстве Российской Федерации».

Сущность основ правового положения личности проявляется, прежде всего, в его принципах, система которых пронизывает от ношения по определению перечня, содержания, условий и средств реализации основных прав, свобод и обязанностей. Современный взгляд на основные права, свободы и обязанности отражает существующий в науке естественно-правовой взгляд на право вообще и природу основных субъективных права и свобод, в частности. Поэтому необходимо уяснить суть естественного характера некоторых основных прав и свобод – права на жизнь, частную собственность, неприкосновенность личности и других. Однако такое понимание природы ряда основных прав и свобод не является абсолютным, в связи с чем требуется знание иных социально-философских и правовых учений по указанной проблеме. Изучая принципы основ правового положения личности, необходимо выявить предпосылки для реализации принципов сочетания интересов общества, государства и личности, их взаимной ответственности.

Задачей учебной дисциплины является также научная классификация основных прав, свобод и обязанностей с целью выявления их юридической природы, определения особенностей механизмов защиты основных прав и свобод, обеспечения выполнения обязанностей с использованием конституционно-правовых средств, а также средств отраслевого характера. Знание содержания основных прав, свобод и обязанностей является условием юридически правильного выбора средств защиты и восстановления нарушенных основных прав и свобод человека и гражданина. Изучение проблем, связанных с реализацией

и защитой прав и свобод человека и гражданина, предполагает анализ статуса, особенно компетенции, различных правовых институтов, участвующих в этом процессе – судебных органов, органов прокуратуры и т.д., в том числе международных.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата

Дисциплина «Человек и его права в контексте современной реальности» реализуется в обязательной части основной образовательной программы по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура*.

«Человек и его права в контексте современной реальности» представляет собой дисциплину, которая занимает важное место в системе подготовки будущего бакалавра. Построение правового государства и процесс демократизации органически связаны с развитием прав и свобод граждан и усилением их гарантий. Введение данной дисциплины связано с необходимостью формирования культуры прав человека в нашем обществе, в особенности для профессионального и правосознания будущих специалистов.

Изучение дисциплины (модуля) «Человек и его права в контексте современной реальности» базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): «История», «Правоведение», «Социология».

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата, соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных компетенций: УК-3, УК-6 в соответствии с основной профессиональной образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура*.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
Командная работа и лидерство	УК-3	Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК-3.1. Действует в духе сотрудничества; принимает решения с соблюдением этических принципов их реализации; проявляет уважение к мнению и культуре других	Знать: – понятия прав, свобод, обязанностей человека и гражданина; – основные этапы и закономерности развития теории и практики прав человека, с древнейших времен до настоящего времени; – понятие, содержание, формы личных, политических, социальных, экономических, культурных прав, свобод и обязанностей личности;

				<ul style="list-style-type: none"> – основы правового статуса различной категории населения; – основные элементы системы гарантий и механизма защиты прав человека; <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать практику соблюдения государствами прав человека и основных свобод; <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основными внутригосударственными и международными документами, закрепляющими права и свободы человека, а также гарантии их реализации.
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-6	Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1. Формулирует цели личностного развития и условия их достижения, исходя из тенденций развития современного мира и индивидуально-личностных особенностей	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – понятие, содержание, формы личных, политических, социальных, экономических, культурных прав, свобод и обязанностей личности; – международную систему защиты прав человека; <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществлять толкование и сравнительный анализ международных и гуманитарных документов и российского законодательства; – давать правовую оценку конкретной ситуации. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – выработанными на практике формами и методами защиты прав и свобод человека и гражданина; – навыками формирования предложений по совершенствованию

				правозащитных механизмов.
--	--	--	--	---------------------------

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 5 зачетных единиц.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		1	2		
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	96	46	50		
Учебные занятия лекционного типа	10	4	6		
Иная контактная работа	86	42	44		
Самостоятельная работа обучающихся	66	17	49		
Контроль промежуточной аттестации	18	9	9		
Форма промежуточной аттестации		зачет	зачет		
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	180	72	108		

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 1			
		Сессия 1-2	Сессия 3-4		
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	34	18	16		
Учебные занятия лекционного типа	10	4	6		
Иная контактная работа	24	14	10		
Самостоятельная работа обучающихся	138	86	52		
Контроль промежуточной аттестации	8	4	4		
Форма промежуточной аттестации		зачет	зачет		
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	180	108	72		

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Всего	Лекционные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Семинарские/практические занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Лабораторные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Иная контактная работа <i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Семестр 1										
Раздел 1. Введение в теорию прав человека	31	8	23	2						21
Тема 1.1. Основные понятия в сфере прав человека	15	4	11	1						10
Тема 1.2. Пределы осуществления, основания и условия ограничения прав человека; соотношение международного права	16	4	12	1						11

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Всего	Лекционные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Семинарские/ практические занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Лабораторные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Иная контактная работа <i>из них: в форме практической подготовки</i>			
прав человека и российского права и отдельных отраслей международного права										
Раздел 2. История развития прав человека	32	9	23	2					21	
Тема 2.1. Становление и развитие прав человека от древнего мира до начала XX века	16	5	11	1					10	
Тема 2.2. Развитие прав человека в XX веке	16	4	12	1					11	
Контроль промежуточной аттестации (час)	9									
Общий объем, часов	72	17	46	4					42	
Семестр 2										
Раздел 3. Фундаментальные права человека	33	17	16	2					14	
Тема 3.1. Фундаментальные права человека – гражданские права	16	8	8	1					7	
Тема 3.2. Фундаментальные права человека - политические права	17	9	8	1					7	
Раздел 4. Экономические, социальные и культурные права, права отдельных групп	33	16	17	2					15	

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Всего	Лекционные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Семинарские/ практические занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Лабораторные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Иная контактная работа <i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Тема 4.1. Экономические, социальные и культурные права человека	16	8	8	1					7	
Тема 4.2. Права отдельных уязвимых групп	17	8	9	1					8	
Раздел 5. Проблемные вопросы прав человека	33	16	17	2					15	
Тема 5.1. Коллективные права – права солидарности	16	8	8	1					7	
Тема 5.2. Обязанности человека и гражданина	17	8	9	1					8	
Контроль промежуточной аттестации (час)	9									
Общий объем, часов	108	49	50	6					44	
Итого по дисциплине (модулю), часов	180	66	96	10					86	

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							

			Всего	Лекционные занятия	<i>из них: в форме практической подготовки</i>	Семинарские/практические занятия	<i>из них: в форме практической подготовки</i>	Лабораторные занятия	<i>из них: в форме практической подготовки</i>	Иная контактная работа	<i>из них: в форме практической подготовки</i>
Курс 1 (Сессии 1-2)											
Раздел 1. Введение в теорию прав человека	52	43	9	2						7	
Тема 1.1. Основные понятия в сфере прав человека	25	21	4	1						3	
Тема 1.2. Пределы осуществления, основания и условия ограничения прав человека; соотношение международного права прав человека и российского права и отдельных отраслей международного права	27	22	5	1						4	
Раздел 2. История развития прав человека	52	43	9	2						7	
Тема 2.1. Становление и развитие прав человека от древнего мира до начала XX века	25	21	4	1						3	
Тема 2.2. Развитие прав человека в XX веке	27	22	5	1						4	
Контроль промежуточной аттестации (час)	4										
Общий объем, часов	108	86	18	4						14	
Курс 2 (Сессии 3-4)											
Раздел 3. Фундаментальные права человека	22	17	5	2						3	
Тема 3.1. Фундаментальные права человека – гражданские права	11	8	3	1						2	

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Всего	Лекционные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Семинарские/ практические занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Лабораторные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Иная контактная работа <i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Тема 3.2. Фундаментальные права человека - политические права	11	9	2	1					1	
Раздел 4. Экономические, социальные и культурные права, права отдельных групп	22	17	5	2					3	
Тема 4.1. Экономические, социальные и культурные права человека	11	9	2	1					1	
Тема 4.2. Права отдельных уязвимых групп	11	8	3	1					2	
Раздел 5. Проблемные вопросы прав человека	24	18	6	2					4	
Тема 5.1. Коллективные права – права солидарности	12	9	3	1					2	
Тема 5.2. Обязанности человека и гражданина	12	9	3	1					2	
Контроль промежуточной аттестации (час)	4									
Общий объем, часов	72	52	16	6					10	
Итого по дисциплине (модулю), часов	180	138	34	10					24	

**РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ
(МОДУЛЮ)**

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Семестр 1							
Раздел 1. Введение в теорию прав человека	8	3	Подготовка к лекционным занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	3	эссе	2	Компьютерное тестирование
Раздел 2. История прав человека	9	3	Подготовка к лекционным занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	сравнительно-правовое исследование	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по семестру, часов	17	6		7		4	
Семестр 2							
Раздел 3. Фундаментальные права человека	17	8	Подготовка к лекционным занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	7	исследовательская работа в проблемной группе	2	Компьютерное тестирование
Раздел 4. Экономические, социальные и культурные права, права отдельных групп	16	8	Подготовка к лекционным занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	эссе	2	Компьютерное тестирование
Раздел 5. Проблемные вопросы прав человека	16	8	Подготовка к лекционным занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	аналитическое задание	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по семестру, часов,	49	24		19		6	
Общий объем по дисциплине (модулю), часов	66	30		26		10	

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Курс 1, сессии 1-2							
Раздел 1. Введение в теорию прав человека	43	20	Подготовка к лекционным занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	21	эссе	2	Компьютерное тестирование
Раздел 2. История прав человека	43	20	Подготовка к лекционным занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	21	сравнительно-правовое исследование	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по семестру, часов	86	40		42		4	
Курс 1, сессии 3-4							
Раздел 3. Фундаментальные права человека	17	7	Подготовка к лекционным занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	8	исследовательская работа в проблемной группе	2	Компьютерное тестирование
Раздел 4. Экономические, социальные и культурные права, права отдельных групп	17	7	Подготовка к лекционным занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	8	эссе	2	Компьютерное тестирование
Раздел 5. Проблемные вопросы прав человека	18	8	Подготовка к лекционным занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	8	аналитическое задание	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по семестру, часов,	52	22		24		6	
Общий объем по дисциплине (модулю), часов	138	62		66		10	

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. ВВЕДЕНИЕ В ТЕОРИЮ ПРАВ ЧЕЛОВЕКА

Тема 1.1. Основные понятия в сфере прав человека

Цель: изучение основ категориального аппарата сферы прав человека.

Перечень изучаемых элементов содержания

Сущность человека. Человек как социобиологическое существо. Личность. Различные теории личности: социологические, психологические, экономические, политические, религиозные, культурологические, нравственные и правовые. Понятие достоинства человека как фундаментальной основы прав человека. Человек, общество и исторический прогресс. Человек, власть и государство.

Понятие прав человека. Права и свободы. Права человека и права гражданина. Права человека, льготы и привилегии. Диалектика соотношения интересов индивида, социальной общности и мирового сообщества на современном этапе. Гуманизм, свобода, равенство и равноправие – основополагающие принципы прав человека.

Правовой статус гражданина, основание дифференциации. Социальный статус как фактическое положение гражданина и личности в обществе. Соотношение социального и правового статуса гражданина и личности.

Система прав человека. Субъекты прав человека. Теория трех поколений прав человека. Современные национальные и международные (региональная и универсальная) системы прав человека в их соотношении. Социально-экономические и культурные, гражданские и политические права и свободы, их природа, сущность и взаимодействие. Особенности и многообразие классификаций прав человека. Конституционное закрепление прав человека. Структура конституционных прав и свобод гражданина в условиях правового государства.

Вопросы для самоподготовки:

1. Понятие прав человека.
2. Права человека в философском, цивилизационном, социальном, моральном, политическом и правовом измерении.
3. Права человека, глобализация, толерантность и диалог культур.
4. Классификация прав и свобод человека.
5. Источники международного права прав человека: договоры (универсальные и региональные) и обычаи.
6. Акты международных организаций и конференций, акты «мягкого права».
7. Основные принципы международного права прав человека.
8. Субъекты международного права прав человека.
9. Субъекты российского права в сфере защиты прав человека

Тема 1.2. Пределы осуществления, основания и условия ограничения прав человека; соотношение международного права прав человека и российского права и отдельных отраслей международного права

Цель: изучение пространственных пределов действия прав человека, его ограничений, определение места права прав человека в системе национального и международного права.

Перечень изучаемых элементов содержания

Территория и применимость международного права прав человека. Территориальное действие прав человека. Экстратерриториальное действие норм международного права прав человека. Концепция экстратерриториального действия норм о защите прав человека и вопрос

контроля (стандарты контроля и их критерии). Присвоение обязательств государствам по правам человека в экстратерриториальном контексте.

Ограничения в отношении применения гарантий защиты, закрепленных в международном праве прав человека. Пределы осуществления прав и свобод человека и гражданина: конституционные и иные ограничения. Злоупотребление правом. Возможность и условия отступления от обязательств согласно нормам международного права прав человека (Международный пакт о гражданских и политических правах 1966 г. (ст. 4). Европейская конвенция о защите прав человека и основных свобод 1950 г. (с 15). Американская конвенция о правах человека 1969 г. (ст. 27). Европейская социальная хартия 1961 г. (ст. 30) и Европейская социальная хартия, пересмотренная в 1996 г., (ст. F). Конвенция СНГ о правах и основных свободах человека 1995 г. (ст. 35)). Критерии, принципы и пределы правомерного ограничения прав человека. Права и свободы, не подлежащие ограничению. Международные договоры по правам человека, предусматривающие действие их норм в чрезвычайных ситуациях и во время вооруженных конфликтов. Международные договоры, не содержащие положения об отступлении от обязательств в области защиты прав человека. Законные ограничения в отношении осуществления отдельных прав человека. Основания и порядок ограничения прав человека в связи с чрезвычайным положением или на основании закона согласно ст. 56(1) и ст. 55(3) Конституции Российской Федерации 1993 г. Оговорки и заявления в отношении договоров в области международного права прав человека.

Соотношение международного права прав человека и международного гуманитарного права. Концепции соотношения международного права прав человека и международного гуманитарного права в ситуациях вооруженного конфликта. Одновременное применение международного права прав человека и международного гуманитарного права и принцип *lex specialis*. Взаимодействие международного права прав человека и международного гуманитарного права. Применение норм международного права о защите беженцев (и норм о внутренне перемещенных лицах) в ситуациях вооруженного конфликта. Соотношение международного права прав человека и международного уголовного права. Соотношение международного права прав человека и других отраслей международного права. Соотношение международного права прав человека и национального права. Международное право прав человека и Конституция РФ. Международные стандарты по правам человека и правовая система Российской Федерации.

Вопросы для самоподготовки:

1. Территориальное и экстратерриториальное действие прав человека.
2. Присвоение обязательств государствам по правам человека в экстратерриториальном контексте, стандарты контроля и их критерии.
3. Пределы осуществления прав и ограничения прав человека, свобод человека.
4. Критерии, принципы и пределы правомерного ограничения прав человека.
5. Права и свободы, не подлежащие ограничению.
6. Основания и порядок ограничения прав человека в связи с чрезвычайным положением или на основании закона согласно ст. 56(1) и ст. 55(3) Конституции Российской Федерации 1993 г.
7. Оговорки и заявления в отношении договоров в области международного права прав человека.
8. Соотношение международного права прав человека и международного гуманитарного права, международного права о защите беженцев (и о внутренне перемещенных лицах), международного уголовного права.
9. Соотношение международного права прав чело, а также других отраслей международного права.
10. Соотношение международного права прав человека и национального права Российской Федерации.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1

Форма практического задания: эссе по проблеме социальной свободы и ответственности личности.

Перечень тем эссе к разделу 1:

1. Понятие свободы личности.
2. Условия и гарантии свободы личности.
3. Ответственность личности и ее диалектическая взаимосвязь с свободой личности.
4. Условия и содержание ответственности личности.
5. Выбор, свобода воли и ответственность личности.
6. Формы личной ответственности.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 1: форма рубежного контроля – компьютерное тестирование.

РАЗДЕЛ 2. ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ПРАВ ЧЕЛОВЕКА

Тема 2.1. Становление и развитие прав человека от древнего мира до начала XX века

Цель: изучение социально-философских предпосылок возникновения и юридического закрепления основных прав, свобод и обязанностей человека и гражданина в государственно-организованном обществе и, прежде всего, в рамках правового государства, выявление принципов правового оформления основных прав, свобод и обязанностей, обеспечения их реализации.

Перечень изучаемых элементов содержания

Начало истории прав человека. Человек в учениях индуизма, раннего буддизма. Библия о человеке. Гуманистическое учение Протагора. Зарождение представлений о естественном праве (философия стоиков, учения древнеримских юристов). Римское право: права личности.

Человек в экономической и социальной структуре феодального общества. Человек в религиозной картине мира. Деятельность инквизиции. Средневековые войны и личность. Феодальные права и права личности. Великая хартия вольности и ее историческое значение (1213 г.).

Эпоха Возрождения (XIV – XV в.в.). Духовная эмансипация личности. Этические учения итальянских гуманистов о человеке. Реформация в Германии в XVI в. Лютер и его роль в развитии свободомыслия в делах веры. Формирование концепции прав человека. Учения Гроция, Локка, Спинозы, Гоббса о естественных правах человека.

Эпоха Просвещения (XVIII в.). Проблема достоинства человека в работах французских и немецких просветителей. Политико-правовые концепции Руссо, Монтескье о человеке как субъекте свободы. Значение учения Беккариа для утверждения идей гуманизма в праве.

Концепция прав человека, его достоинства и их нормативное закрепление в условиях буржуазных революций конца XVIII в. Американская Декларация о независимости (1776 г.), американский билль (1789 – 1791 г. г.). Французская Декларация прав человека и гражданина 1789 г. Формирование первого поколения прав человека.

Гражданский кодекс Наполеона 1804 г. и его значение для утверждения экономических предпосылок развития личности. Французский уголовный кодекс 1810 г. и его роль в гуманизации уголовного права. Развитие рабочего движения и защита прав трудящихся в XIX в. Правозащитное движение в XIX в. (Дело Дрейфуса и др.).

Проблема достоинства и прав человека в философских, политических и этических теориях конца XVIII – начала XIX в.в. (Кант, Фихте, Гегель, Фейербах). Буржуазный либерализм о демократических свободах (Бентам, Токвиль, Милль).

Социалистические учения о правах человека (Фурье). Марксизм о правах человека. Анархистские учения (Прудон, Бакунин, Кропоткин). Юридический позитивизм (Лабанд, Эсмен), социологическая юриспруденция (Неринг).

Вопросы для самоподготовки:

1. История развития концепций прав человека.
2. Античный, средневековый периоды развития концепций прав человека.
3. Права человека в Новое и Новейшее время.
4. Естественно-правовая теория прав человека.
5. Позитивистская теория прав человека.
6. Религиозные концепции прав человека.

Тема 2.2. Развитие прав человека в XX веке

Цель: изучение современного этапа развития прав человека, отечественного и зарубежного правозащитного движения.

Перечень изучаемых элементов содержания

Массовые общественные движения начала XX в. Первая мировая война. Крах монархических форм правления в Европе и Азии, национально-освободительное движение и расширение прав и свобод граждан в конституционном законодательстве ряда стран. Революция в России и начало законодательного признания второго поколения прав человека. Мировой экономической кризис, установление фашистских режимов в ряде стран, укрепление тоталитарной системы в СССР. Вторая мировая война. Значение приговоров Нюрнбергского и Токийского трибуналов для защиты прав человека.

Устав ООН 1945 г. об утверждении веры в права человека. Всеобщая Декларация прав человека 1948 г., ее содержание, история создания, историческое значение. Интернационализация прав человека. Признание прав человека и развитие системы гарантий в послевоенных конституциях и законодательствах многих стран.

Освобождение Индии, Пакистана и других стран Азии. Победа революции в Китае. Американская Декларация прав и обязанностей человека 1948 г. Европейская конвенция о защите прав человека. «Холодная война», гонка вооружений и наступление на демократические права в США, ФРГ, странах Восточной Европы. Крах мировой колониальной системы. Международные пакты 1966 г., их содержание.

Достижения в осуществлении прав человека и гражданина в западных странах в 60-70-х годах. Реакционные тенденции: режим апартеида в ЮАР, франкизм в Испании, репрессии в Ольстере и т. д. Массовые поправки прав человека в Китае (1966-1976 гг.), Кампучии (1975-1978 гг.).

Усиление позитивных процессов, связанных с обеспечением прав человека в 1970-80-х годах (падение реакционных режимов в Европе, Латинской Америке, освобождение Намибии и т. д.). Начало Хельсинского процесса. Начало формирования третьего поколения прав человека. Анализ фактов универсального и регионального характера. Окончание «холодной войны», социально-политические изменения в СССР, странах Восточной Европы. Новый этап в интернационализации прав человека. Развитие Хельсинского процесса. Понятие «человеческое измерение СБСЕ».

Вопросы для самоподготовки:

1. Революция в России и начало законодательного признания второго поколения прав человека.
2. Значение приговоров Нюрнбергского и Токийского трибуналов для защиты прав человека.
3. Устав ООН 1945 г. об утверждении веры в права человека.

4. Всеобщая Декларация прав человека 1948 г., ее содержание, история создания, историческое значение.
5. Интернационализация прав человека.
6. Признание прав человека и развитие системы гарантий в послевоенных конституциях и законодательствах многих стран.
7. Международные пакты 1966 г., их содержание.
8. Начало формирования третьего поколения прав человека.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2

Форма практического задания: сравнительно-правовое исследование.

В целях более глубокого изучения социально-политической, идеологической, нравственной природы прав человека и гражданина в России студентам предлагается провести сравнительно-правовое исследование института основных прав, свобод и обязанностей в России (в историко-правовом аспекте), в России и зарубежных странах.

Предметом исследования определяются отдельные виды прав, свобод и обязанностей с точки зрения их закрепления в законодательстве России на различных этапах ее развития:

- до социалистической революции 1917 года;
- в Конституции РСФСР 1918 г.;
- в Конституции РСФСР 1925 г.;
- в Конституции РСФСР 1937 г.;
- в Конституции РСФСР 1978 г.;
- в Конституции РФ 1978 г. в редакции 1992 г.;
- в Конституции РФ 1993 г.
- в Конституции РФ 1993 г., с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 1 июля 2020 г.

Задачей исследования является анализ динамики правового закрепления основных прав, свобод и обязанностей в законодательстве России, развития содержания и гарантий основных прав, свобод, а также обязанностей, выявление тенденций в конституционном закреплении указанных прав, свобод и обязанностей. Студенту следует сделать выводы о характере развития отдельных прав, свобод и обязанностей.

Все сведения о развитии прав, свобод и обязанностей должны быть обобщены в сводной таблице, содержащей в полном объеме норму соответствующей конституции (закона), закрепляющей основное право, свободу, обязанность (либо пропуск, если право, свобода, обязанность не закреплялись), и краткие выводы с оценкой их развития.

В качестве конкретного объекта сравнительного исследования необходимо выбрать отдельное право (свободу) либо их группу – социально-экономические, общественно-политические, личные права и свободы.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 2: форма рубежного контроля – компьютерное тестирование.

РАЗДЕЛ 3. ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ ПРАВА ЧЕЛОВЕКА

Тема 3.1. Фундаментальные права человека – гражданские права

Цель: изучение гражданских прав как основы всей системы прав человека.

Перечень изучаемых элементов содержания

Общая характеристика гражданских прав - понятие, особенности и виды. Правовые основы в международном и российском праве.

Правовые основы, понятие и содержание права на жизнь. Понятие "произвольное лишение жизни". Договорные положения и общие принципы, касающиеся запрещения произвольного лишения жизни. Лишение жизни и присвоение ответственности государству государства. Толкование права на жизнь в практике международных механизмов защиты прав человека. Право на жизнь в Конституции РФ (ст. 20) и российском законодательстве.

Достоинство личности. Запрещение пыток, негуманного обращения, посягательства на человеческое достоинство. Понятие "пытка, негуманное и унижающее человеческое достоинство обращение и наказание" и различные формы практики их осуществления. Экстрадиция, невыдворение и чрезвычайная передача. Превентивные и сдерживающие меры. Посещение мест содержания лиц. Охрана достоинства личности и запрещение пыток, насилия, другого жестокого или унижающего человеческое достоинство обращения или наказания в Конституции РФ (ст. 21) и российском законодательстве.

Запрещение насильственного исчезновения. Понятие "насильственное исчезновение" и международно-правовые нормы о запрещении насильственного исчезновения. Насильственное исчезновение как комплексное нарушение прав человека. Посещение мест содержания лиц.

Право на свободу и личную неприкосновенность. Запрещение произвольного задержания (лишения свободы) и предварительное заключение под стражу. Правовые основы и понятие "задержание". Основания и процедура задержания. Административное задержание по соображениям безопасности. Информация о причинах задержания. Habeas corpus. Условие законности ареста. Условие в срочном порядке быть доставленным к судье. Посещение мест содержания лиц. Право на свободу и личную неприкосновенность в Конституции РФ (ст. 22) и российском законодательстве.

Права, гарантирующие средства правовой защиты, справедливое судебное разбирательство, презумпцию невиновности, осуждение и наказание на основании закона и другие процессуальные гарантии. Преступления и принцип законности. Понятия "преступление" и "международное преступление". Международно-правовые основы необходимости осуждения и наказания. Принцип индивидуальной уголовной ответственности и запрещения коллективных наказаний. Право на рассмотрение дела компетентным, независимым и беспристрастным судом и элементы справедливого суда. Правовые основы, дефиниция и признаки понятия "компетентный, независимый и беспристрастный суд". Право на доступ к правосудию. Понятие и принципы справедливого суда: презумпции невиновности, равенство сторон, открытость суда и т.д. Вопросы выдачи "несправедливому" суду. Права, связанные с судебными гарантиями, в Конституции РФ (ст.ст. 45-54) и российском законодательстве.

Право на частную и семейную жизнь. Право на неприкосновенность жилища. Право на свободу передвижения и места жительства. Понятия и правовые основы. Неприкосновенность частной и семейной жизни, защита чести и доброго имени, право на тайну корреспонденции и коммуникации, запрещение перлюстрации, наблюдения, обысков, запрещение сбора, хранения, использования и распространения информации о частной жизни лица без его согласия. Гарантии против незаконного вторжения и обысков. Правовое закрепление в Конституции РФ (ст.ст. 23-27) и российском законодательстве.

Свобода мысли и слова. Свобода совести и религии. Понятие и правовые основы. Содержание, формы и сферы осуществления свободы мысли и его выражения. Ограничения на свободу выражения. Свобода совести, отказ от военной службы и т.д. Правовое закрепление в Конституции РФ (ст.ст. 28-29) и российском законодательстве.

Вопросы для самоподготовки:

1. Понятие и сущность гражданских (личных прав).
2. Система гражданских прав.

3. Основные международные стандарты и нормы российского законодательства о гражданских правах.
4. Права, обеспечивающие жизнь и ценность человеческой личности.
5. Права, обеспечивающие свободу и личную безопасность.
6. Права, обеспечивающие блага личной и семейной жизни.
7. Права, обеспечивающие возможности признания человека субъектом права и гарантии равноправия.
8. Права, обеспечивающие средства правовой защиты (право на правосудие).

Тема 3.2. Фундаментальные права человека – политические права

Цель: изучение политических прав человека как неотъемлемой части правового положения гражданина.

Перечень изучаемых элементов содержания

Общая характеристика политических прав - понятие, особенности и виды. Правовые основы в международном и российском праве.

Свобода печати и массовой информации как элемент свободы мысли и слова. Понятие и правовые основы. Содержание, формы и сферы осуществления свободы печати и массовой информации. Ограничения на свободу печати и массовой информации. Запрещение цензуры. Правовое закрепление в Конституции РФ (ст. 29) и российском законодательстве.

Право на участие в общественной жизни: право на объединения. Понятие и правовые основы. Право на создание, вступление, участие в деятельности различных объединений, ассоциаций, профсоюзов, партий, общественных организаций и т.д. и свободный выход из них. Основания и условия ограничений на реализацию права на объединения. Правовое закрепление в Конституции РФ (ст. 30) и российском законодательстве.

Право на участие в общественной жизни: право на мирные собрания и публичные манифесты. Понятие и правовые основы. Основания и условия ограничений на реализацию права на мирные собрания и публичные манифесты. Правовое закрепление в Конституции РФ (ст. 31) и российском законодательстве.

Право на участие в управление делами государства. Понятие и правовые основы. Непосредственное участие в управлении делами государства (референдум, выборы в органы государственной власти или местного самоуправления и личное участие в управлении). Опосредованное участие в управлении делами государства через своих представителей (выборы в органы государственной власти или местного самоуправления). Равный доступ к государственной службе. Правовое закрепление в Конституции РФ (ст. 32) и российском законодательстве.

Право обращений и петиций как право и средство защиты прав и свобод. Индивидуальные и коллективные обращения, петиции. Правовое закрепление в Конституции РФ (ст. 33) и российском законодательстве.

Вопросы для самоподготовки:

1. Понятие и содержание политических прав.
2. Система политических прав.
3. Права человека, связанные с управлением страной.
4. Свобода печати и массовой информации как элемент свободы мысли и слова.
5. Право на участие в общественной жизни: право на объединения.
6. Право на участие в общественной жизни: право на мирные собрания и публичные манифесты.
7. Право обращений и петиций как право и средство защиты прав и свобод.
8. Политические гарантии равноправия.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 3

Форма практического задания: исследовательская работа в проблемной группе.

Предлагается выполнить исследовательскую работу в проблемной группе: контент – анализ.

Методом контент-анализа исследуется такой важный источник информации как газетно-журнальная периодика (пресса). Подобный анализ позволяет дать оценку возможностей прессы в обеспечении условий для реализации гражданами Российской Федерации ряда политических прав и свобод, в том числе свободы слова, свободы прессы.

Членам проблемной группы предлагается провести контент-анализ реализации гражданами Российской Федерации права на неприкосновенность частной жизни, личную и семейную тайну, защиту своей чести и доброго имени (ст. 23 Конституции РФ) в связи с публикациями в периодической печати.

В качестве средств массовой информации выбирается несколько периодических изданий разных политического, идеологического направления, например: «Российская газета», «Независимая газета», «Комсомольская правда», «Московский комсомолец», «Коммерсант», «Правда» и др.

Период издания средства массовой информации (0,5-1 год) определяется преподавателем с участием слушателей спецкурса.

Содержание каждой газеты анализируют 1-2 студента, которые выявляют и фиксируют факты нарушений в печати права на неприкосновенность частной жизни, личную и семейную тайну, защиту своей чести и доброго имени.

Контент-анализ должен включать в себя следующие сведения:

- выходные данные средства массовой информации (название, номер выпуска, дата);
- автор публикации (фамилия, имя, отчество, специализация, по возможности - политическая ориентация, связь с партиями, органами власти);
- лицо, конституционное право которого нарушено фактом публикации;
- характер конкретного объекта конституционного правонарушения;
- реакция государственных органов, должностных лиц, общественных организаций на факт нарушения конституционного права;
- правовая оценка факта нарушения конституционного права личности.

Обобщение результатов контент-анализа осуществляет группа студентов (2-3 чел.).

Обсуждение результатов контент-анализа проводится на групповой консультации; докладчика определяет исследовательская группа с участием преподавателя.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 3: форма рубежного контроля – компьютерное тестирование.

РАЗДЕЛ 4. ЭКОНОМИЧЕСКИЕ, СОЦИАЛЬНЫЕ И КУЛЬТУРНЫЕ ПРАВА, ПРАВА ОТДЕЛЬНЫХ ГРУПП

Тема 4.1. Экономические, социальные и культурные права человека

Цель: изучение экономических, социальных и культурных права человека как прав второго поколения.

Перечень изучаемых элементов содержания

Общая характеристика экономических, социальных и культурных прав - понятие, особенности и виды. Правовые основы в международном и российском праве.

Экономические права. Понятие и правовые основы. Право собственности. Право наследования. Свобода предпринимательской деятельности (хозяйственной инициативы). Свобода труда и другие трудовые права (в т.ч. на забастовку, на участие в управлении предприятием). Правовое закрепление в Конституции РФ (ст.ст. 34-37) и российском законодательстве.

Социальные права. Понятие и правовые основы. Право на социальное обеспечение. Прав на жилище. Право на охрану здоровья и медицинскую помощь. Правовое закрепление в Конституции РФ (ст.ст. 38-41) и российском законодательстве.

Культурные права. Понятие и правовые основы. Право на образование. Свобода преподавания (академическая свобода). Свобода творчества. Право на участие в культурной жизни и пользование учреждениями культуры, право на доступ к культурным ценностям. Правовое закрепление в Конституции РФ (ст.ст. 43-44) и российском законодательстве.

Вопросы для самоподготовки:

1. Экономические права.
2. Право собственности.
3. Понятие собственности, ее формы. История возникновения и развития.
4. Право владения имуществом в англосаксонской и романо-германской системах права.
5. Право предпринимательства, его содержание и осуществление.
6. Права трудящихся: право на труд, свобода труда, право на справедливые и благоприятные условия труда, право на защиту от безработицы, право на равную оплату за равный труд.
7. Закрепление данных прав в законодательстве различных стран и в международных актах.
8. Права, обеспечивающие условия и средства защиты прав трудящихся: право создавать и вступать в профсоюзы, право на забастовку.
9. Международная организация труда (МОТ).
10. Социальные права человека.
11. Права, обеспечивающие достойные человека условия жизни.
12. Право на достойный уровень жизни.
13. Право на свободу от голода.
14. Специальные органы ООН и программы, содействующие развитию этих прав.
15. Право на социальное обеспечение и его реализация.
16. Развитие пенсионного законодательства.
17. Права, обеспечивающие охрану и возможности восстановления здоровья.
18. Право на наивысший достаточный уровень физического и психического здоровья.
19. Система здравоохранения в разных странах мира.
20. ВОЗ.
21. Право на здоровую окружающую среду.
22. Меры по защите, охране, улучшению и восстановлению природы и права человека.
23. Деятельность ООН, государственных органов, природоохранных обществ и общественных движений.
24. Право на отдых и досуг.

Тема 4.2. Права отдельных уязвимых групп

Цель: изучение прав отдельных уязвимых групп, требующих дополнительных мер поддержки со стороны общества и государства.

Перечень изучаемых элементов содержания

Общая характеристика уязвимых и неблагополучных групп и права принадлежащих к ним лиц - понятие, особенности и виды. Правовые основы в международном и российском праве.

Права женщин. Понятие и правовые основы. Гендерная дискриминация. Правовое закрепление в Конституции РФ (ст. 19) и российском законодательстве.

Права ребенка. Понятие и правовые основы. Понятие "ребенок". Гарантии защиты материнства и детства. Гарантии защиты ребенка от неподобающих практик. Гарантии недопустимости участия детей в вооруженных конфликтах. Право ребенка на защиту от экономической эксплуатации и от выполнения любой работы, которая может представлять опасность для его здоровья или служить препятствием в получении им образования, либо наносить ущерб его здоровью и физическому, умственному и духовному, нравственному и социальному развитию. Правовое закрепление в Конституции РФ (ст. 38) и российском законодательстве.

Права лиц с ограниченными возможностями здоровья (инвалидов). Понятие и правовые основы. Понятие «инвалид». Патерналистский или инклюзивный подходы. Принципы недискриминационного взаимодействия с лицами с ограниченными возможностями здоровья. Гарантии для обеспечения социализации. Правовое закрепление прав инвалидов в Конституции РФ (ст. 39) и российском законодательстве. Особенности защиты прав лиц с ОВЗ.

Права меньшинств. Понятие и правовые основы. Понятие «этнические, религиозные и языковые меньшинства». Обязательства государств в отношении меньшинств. Правовое закрепление в Конституции РФ (ст.ст. 19, 26) и российском законодательстве.

Права коренных народов и народов, ведущих племенной образ жизни. Понятие и правовые основы. Критерии терминов "коренные народы" и "народ, ведущий племенной образ жизни". Право на территорию и ресурсы. Правовое закрепление в Конституции РФ (ст. 69) и российском законодательстве.

Вопросы для самоподготовки:

1. Права лиц, нуждающихся в особой социальной защите.
2. Право на защиту материнства и детства.
3. Отечественные, зарубежные и международные акты о правах детей и молодежи.
4. Права инвалидов и умственно отсталых лиц.
5. Принципы недискриминационного взаимодействия с лицами с ограниченными возможностями здоровья.
6. Гарантии для обеспечения социализации.
7. Правовое закрепление прав инвалидов в Конституции РФ (ст. 39) и российском законодательстве.
8. Особенности защиты прав лиц с ОВЗ.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 4

Форма практического задания: эссе.

Перечень тем эссе к разделу 4:

1. Права уязвимых групп как предметная область регулирования международного права прав человека.
2. Международно-правовые проблемы обеспечения и защиты прав уязвимых групп в условиях глобализации.
3. Конвенция о правах лиц с ограниченными возможностями 2006г.: новая модель обеспечения и защиты прав инвалидов.
4. Дискриминация по признаку инвалидности и международно-правовые меры по её искоренению.
5. Комитет по правам лиц с ограниченными возможностями: организация деятельности и компетенция.
6. Международно-правовые основы защиты объективно уязвимых категорий женщин.

7. Международно-правовые основы защиты прав девочек как особо «уязвимой» группы.
8. Международно-правовые проблемы обеспечения и защиты прав женщин в период вооружённых конфликтов.
9. Экологические катастрофы как фактор, влияющий на появление новых категорий «уязвимых» женщин.
10. Понятие «ребёнок» в современном международном праве.
11. Международно-правовые основы противодействия торговле детьми.
12. Специальные меры международно-правовой защиты ребёнка от экономической эксплуатации.
13. Международно-правовые стандарты в области биоэтики и защита прав ребёнка.
14. Международно-правовые основы защиты прав ребёнка и проблемы клонирования.
15. Международно-правовые основы борьбы с дискриминацией трудящихся мигрантов и мигрантофобией.
16. Вклад МОТ в обеспечение и защиту прав трудящихся мигрантов.
17. Специальные процедуры ООН по вопросам защиты прав мигрантов.
18. ООН и проблемы старения: история вопроса.
19. Мадридский международный план действий по проблемам старения 2002 г.
20. Перспективы разработки в рамках ООН международного договора о правах пожилых людей.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 4: форма рубежного контроля – компьютерное тестирование.

РАЗДЕЛ 5. ПРОБЛЕМНЫЕ ВОПРОСЫ ПРАВ ЧЕЛОВЕКА

Тема 5.1. Коллективные права – права солидарности

Цель: изучение третьего, весьма дискуссионного, поколения прав человека.

Перечень изучаемых элементов содержания

Общая характеристика коллективных прав - понятие, особенности и виды. Правовые основы в международном и российском праве.

Право народов на самоопределение. Понятие и правовые основы. Право на внутреннее самоопределение. Право на внешнее самоопределение и пределы его осуществления. Правовое закрепление в Конституции РФ (ст. 5) и российском законодательстве.

Право на благоприятную окружающую среду. Понятие и правовые основы. Связь с другими правами. Правовое закрепление в Конституции РФ (ст.ст. 36, 42, 58) и российском законодательстве.

Право на развитие. Понятие и правовые основы. Права человека и Повестка дня в области устойчивого развития до 2030 года. Правовое закрепление в российском законодательстве.

Вопросы для самоподготовки:

1. Понятие коллективных прав
2. Право народов на самоопределение
3. Право на благоприятную окружающую среду
4. Право на развитие

Тема 5.2. Обязанности человека и гражданина

Цель: изучение неотъемлемой стороны любого права – обязанностей, в данном случае человека и гражданина.

Перечень изучаемых элементов содержания

Обязанности человека: понятие, содержание и виды. Обязанности человека и нравственный долг. Соотношение прав человека и его обязанностей. Соотношение обязанностей человека и обязанностей гражданина, механизм их реализации. Юридическая природа обязанностей гражданина. Конституционные обязанности гражданина, их виды в различных странах мира.

Вопросы для самоподготовки:

1. Обязанности человека: понятие, содержание и виды.
2. Обязанности человека и нравственный долг.
3. Соотношение прав человека и его обязанностей.
4. Соотношение обязанностей человека и обязанностей гражданина, механизм их реализации.
5. Юридическая природа обязанностей гражданина.
6. Конституционные обязанности гражданина, их виды в различных странах мира.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 5

Форма практического задания: аналитическое задание.

Содержание аналитического задания к разделу 5:

Ряд юристов полагает, что помимо гражданских, политических, экономических, социальных и культурных прав и свобод человека существует еще и такая группа прав, как права по защите других прав и свобод. Проанализируйте текст Конституции РФ и составьте список тех прав, которые, по вашему мнению, могут быть отнесены к данной группе.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 5: форма рубежного контроля – компьютерное тестирование.

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольными мероприятиями промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) являются зачеты, которые проводятся в письменной форме.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
УК-3	Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – понятия прав, свобод, обязанностей человека и гражданина; – основные этапы и закономерности развития теории и практики прав человека, с древнейших времен до настоящего времени; – понятие, содержание, формы личных, политических, социальных, экономических, культурных прав, свобод и обязанностей личности; – основы правового статуса различной категории населения; – основные элементы системы гарантий и механизма защиты прав человека. 	Этап формирования знаний
		<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – анализировать практику соблюдения государствами прав человека и основных свобод. 	Этап формирования умений
		<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основными внутригосударственными и международными документами, закрепляющими права и свободы человека, а также гарантии их реализации. 	Этап формирования навыков и получения опыта
УК-6	Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – понятие, содержание, формы личных, политических, социальных, экономических, культурных прав, свобод и обязанностей личности; – международную систему защиты прав человека. 	Этап формирования знаний
		<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществлять толкование и сравнительный анализ международных и гуманитарных документов и российского законодательства; – давать правовую оценку конкретной ситуации. 	Этап формирования умений

		<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выработанными на практике формами и методами защиты прав и свобод человека и гражданина; - навыками формирования предложений по совершенствованию правозащитных механизмов. 	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>
--	--	--	--

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
УК-3, УК-6	Этап формирования знаний.	<p>Теоретический блок вопросов.</p> <p>Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал</p>	<p>1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок: (9-10) баллов;</p> <p>2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения: (8-9) баллов;</p> <p>3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала: (6-8) баллов;</p> <p>4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки: (0-6) баллов.</p>

УК-3, УК-6	Этап формирования умений	<p>Аналитическое задание (<i>задачи, ситуационные задания, кейсы, проблемные ситуации и т.д.</i>)</p> <p>Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10) баллов;</p> <p>2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: (8-9) баллов;</p>
УК-3, УК-6	Этап формирования навыков и получения опыта.	<p>Аналитическое задание (<i>задачи, ситуационные задания, кейсы, проблемные ситуации и т.д.</i>)</p> <p>Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.</p>	<p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов;</p> <p>4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: (0-6) баллов.</p>

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Теоретический блок вопросов:

1. Социально-философские основы свободы и ответственности личности.
2. Права и свободы человека и гражданина как объект идеологической борьбы.
3. Права человека в международном праве.
4. Международные средства защиты прав человека.
5. Юридическая природа российского гражданства.
6. Система принципов российского гражданства.
7. Понятие и содержание основ правового положения личности.
8. Принципы основ правового положения личности.

9. Гарантии основных прав и свобод человека и гражданина.
10. Равноправие - принцип основ правового положения личности.
11. Развитие института основных прав, свобод и обязанностей в России.
12. Классификация основных прав, свобод и обязанностей.
13. Права, свободы и обязанности граждан в области общественно-политической жизни.
14. Права, свободы и обязанности граждан в области социально-экономической жизни.
15. Личные права, свободы и обязанности.
16. Порядок защиты прав человека в Европейском Суде по правам человека.
17. Правовые механизмы защиты прав человека в Самарской области.
18. Конституционные основы правового статуса личности в России.
19. Развитие института гражданства в России.
20. Национальные и международные аспекты множественного гражданства.
21. Сущность основ правового положения личности в России.
22. Система и виды основных прав, свобод и обязанностей.
23. Тенденции развития института основных прав, свобод и обязанностей.
24. Права человека в практике деятельности Конституционного Суда Российской Федерации.
25. Юридические способы защиты прав человека.
26. Международные средства защиты прав человека.

Аналитическое задание:

1. В целях обеспечения доступности для населения юридической помощи и содействия адвокатской деятельности органы государственной власти обеспечивают гарантии независимости адвокатуры, осуществляют финансирование деятельности адвокатов, оказывающих юридическую помощь гражданам Российской Федерации бесплатно.

Вопросы: 1) В каких формах осуществляться бесплатная адвокатская помощь? 2) Какие еще органы входят в государственную и негосударственную систему предоставления бесплатной юридической помощи?

2. Слесарь Иванов А.А. был уволен по статье 81 ТК РФ 1 июня и в этот же день ему была выдана трудовая книжка. Посчитав, что увольнение было незаконным Иванов А.А. решает обратиться в суд.

Вопросы: 1) Какова подсудность данной категории дел? 2) До какого числа у Иванова А.А. сохраняется право на обращение в суд? 3) Если увольнение будет признано незаконным, какие меры восстановления нарушенных прав могут быть присуждены?

3. Гражданин Республики Беларусь Бойко решил заключить брак в России с российской гражданкой, но при условии наличия брачного договора. Для его составления он обратился в адвокатскую коллегия и настаивал на бесплатном оказании помощи, руководствуясь при этом положением ст.2 Конвенции о правовой помощи и правовым отношениям по гражданским, семейным и уголовным делам (ратифицирована Россией 4 августа 1994 г.). По его мнению, поскольку Беларусь является государством-членом СНГ, ее граждане должны пользоваться бесплатной юридической помощью на территории Российской Федерации.

Вопросы: 1) Вправе ли Бойко обратиться за оказанием квалифицированной юридической помощи в адвокатуру и компетентна ли она разрешать подобные вопросы? 2) Будет ли оказана юридическая помощь гражданину Республики Беларусь на безвозмездной основе?

4. Федеральное Собрание Российской Федерации обладает соответствующими полномочиями в сфере защиты прав человека.

Вопросы: 1) В рамках каких функций происходит осуществление данных полномочий?
2) Какое место занимает парламентское расследование?

5. Найдите сходные по содержанию статьи, которые закрепляют личные права в Конституции РФ и Всеобщей декларации прав человека (1948г.). Определите их сходства и различия.

Вопросы: 1) Соответствуют ли положения Конституции РФ основным международным стандартам гражданских прав? 2) Соотнесите категории «человек», «гражданин», «личность». В чем заключается юридическое значение такого разграничения статуса физического лица? 3) Подтвердите тезис о том, что в современный период времени перечень прав расширяется. В ответе используйте нормы права.

6. Государство, ратифицировавшее Европейскую конвенцию о защите прав и свобод отказывается исполнять решение Европейского суда по правам человека считая его незаконным.

Вопрос: Какова компетенция Европейского суда и механизмы реализации решений?

7. В государстве-участнике Совета Европы, ратифицировавшей Конвенцию по правам человека, в качестве исключительной меры наказания за совершение особо тяжкого преступления предусмотрена смертная казнь.

Вопрос: 1) Допустимо ли это? Если да (или нет), то почему?

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата/магистратуры/специалитета в Российском государственном социальном университете и Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по системе зачтено/не зачтено.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

1. Мутагиров, Д. З. Права и свободы человека: Учебник для вузов / Д. З. Мутагиров. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 516 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07141-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494202> (дата обращения: 22.05.2022).

2. Нечевин, Д. К. Правозащитная деятельность: Учебное пособие для вузов / Д. К. Нечевин, Л. М. Колодкин, Е. В. Кирдяшова; под редакцией Д. К. Нечевина. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 151 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13820-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496630> (дата обращения: 22.05.2022).

5.1.2. Дополнительная литература

1. Белик, В. Н. Конституционные права личности и их защита: Учебное пособие для вузов / В. Н. Белик. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 158 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11238-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489473> (дата обращения: 22.05.2022).

2. Приходько, Т. В. Защита прав в Конституционном Суде Российской Федерации и Европейском Суде по правам человека: Учебное пособие для вузов / Т. В. Приходько. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 177 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13965-5. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496640> (дата обращения: 22.05.2022).

3. Бялт, В. С. Обеспечение прав человека в деятельности правоохранительных органов: Учебное пособие для вузов / В. С. Бялт. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 238 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10610-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/495416> (дата обращения: 22.05.2022).

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№ №	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более	http://elibrary.ru/

		34 млн научных публикаций и патентов	
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) «Человек и его права в контексте современной реальности» предполагает изучение материалов дисциплины (модуля) на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программой дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Более подробная информация

о самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы по дисциплине (модулю)», «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)».

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7
2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic
3. Справочная система Консультант+
4. Okular или Acrobat Reader DC
5. Ark или 7-zip
6. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№ №	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения дисциплины (модуля) «Человек и его права в контексте современной реальности» в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы

высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура* используются:

Учебная аудитория для занятий лекционного типа оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

Учебная аудитория групповых и индивидуальных консультаций оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

Учебная аудитория текущего контроля и промежуточной аттестации оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть Интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

В случае применения электронного обучения, дистанционных образовательных технологий допускается замена специально оборудованных помещений их виртуальными аналогами, позволяющими обучающимся осваивать умения и навыки, предусмотренные профессиональной деятельностью.

5.6 Образовательные технологии

При реализации дисциплины (модуля) «Человек и его права в контексте современной реальности» применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение дисциплины (модуля) «Человек и его права в контексте современной реальности» предусматривает использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий в форме разбора конкретных ситуаций в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

При освоении дисциплины (модуля) «Человек и его права в контексте современной реальности» предусмотрено применение электронного обучения.

Учебные часы дисциплины (модуля) «Человек и его права в контексте современной реальности» предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, тестирование, презентация).

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«29» апреля 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Правоведение (МОДУЛЯ)

Направление подготовки
«Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Правоведение (модуля)» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата 49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

- 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;
- 05.005 «Инструктор-методист»;
- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»;
- 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»;
- 05.012 Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»

Рабочая программа дисциплины (модуля) разработана рабочей группой в составе: к.ю.н., доцент Чинария Е.О.; к.ю.н., доцент Питерская А.Л.

Руководитель основной профессиональной образовательной программы к.п.н., доцент

Петрова М. А.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Блок 1 модуля) обсуждена и утверждена на Ученом совете юридического факультета
(наименование факультета)

Протокол № 8 от «27» апреля 2022 года
Декан юридического факультета
Кандидат юридических наук,
профессор

Левшиц Д.Ю.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (модуля) рекомендована к утверждению представителями организаций-работодателей (*при совместной разработке или разработке по заказу*):

Некоммерческой организации «Фонд содействия развития правовых технологий XXI века», Вице-президент

Р.М. Джавахян

(подпись)

Адвокатская коллегия г. Москвы «Лебедева, Бурова и партнеры», Адвокат коллегии адвокатов

И.Л. Бурова

Рабочая программа учебной дисциплины рецензирована и рекомендована к утверждению:

Доктор юридических наук, профессор профессор кафедры административного и финансового права Российского университета дружбы народов

А.А. Мамедов

Кандидат юридических наук, доцент юридического факультета Российского государственного социального университета

Е.В. Батеева

Согласовано библиотека, директор

И.Г. Маляев

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы <i>бакалавриата</i>	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	4
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	8
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	8
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	10
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	13
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	13
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	14
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	17
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	17
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	17
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	20
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	22
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	24
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	24
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	24
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	25
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	25
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	27
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	27
5.6 Образовательные технологии	28
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	29

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель дисциплины (модуля) заключается в получении обучающимися теоретических знаний о правовых явлениях с последующим применением в профессиональной сфере и практических навыков (формирование) по обеспечению способности использовать основы правовых знаний в различных сферах деятельности, а также выработка умений использовать нормативные правовые документы в своей деятельности.

Задачи дисциплины (модуля):

1. усвоение комплекса общетеоретических знаний о государственно-правовых явлениях;
2. формирование умения правильно толковать и применять общетеоретические знания для последующей практической деятельности;
3. научиться определять и проследивать взаимосвязь основных категорий, отражающих особые свойства государства и права;
4. обучение навыкам практического применения нормативно-правовых актов в различных сферах жизнедеятельности, в том числе в профессиональной деятельности.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы бакалавриата

Дисциплина (модуль) «Правоведение (модуля)» реализуется в *обязательной* части основной образовательной программы по направлению подготовки «49.03.01 Физическая культура» очной, заочной формам обучения.

Изучение дисциплины (модуля) «Правоведение (модуля)» базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися ранее в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): «Философия(модуля)», «История (модуля)».

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной (модулем):

- Технологии самоорганизации и эффективного взаимодействия

- Иностранный язык

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: УК-2, УК-10; ОПК-12 в соответствии с основной профессиональной образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора	Результаты обучения
-----------------------	-----------------	--------------------------	-------------------------------	---------------------

			ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ	
Разработка и реализация проектов	и УК-2	Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	УК - 2.2. формулировать перечень взаимосвязанных задач, обеспечивающих достижение поставленной цели; - определять ожидаемые результаты решения задач; - разрабатывать различные виды планов по реализации программ в области физической культуры и спорта; - осуществлять планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом его целей и задач физкультурно-спортивной организации; - проводить анализ планов с позиций правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; - проводить оценку ресурсного обеспечения спортивного, физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом.	<p>Знать: - требования и принципы целеполагания;- принципы и методы планирования;- виды и содержание планирования в физической культуре и спорте;- методы организации и управления в области физической культуры и спорта, применяемые на федеральном и региональном уровнях - основы планирования, бюджетирования и порядок финансирования деятельности физкультурно-спортивной организации соответствующей организационно-правовой формы и формы собственности; - количественные показатели физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы; - конституцию РФ, свои гражданские права и обязанности, законы РФ и нормативные документы в области физической культуры и спорта и образования.</p> <p>Уметь: - формулировать перечень взаимосвязанных задач, обеспечивающих достижение поставленной цели; - определять ожидаемые результаты решения задач; - разрабатывать различные виды планов по реализации программ в области физической культуры и спорта; - осуществлять планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом его целей и задач физкультурно-спортивной организации; - проводить анализ планов с позиций правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; - проводить оценку ресурсного обеспечения спортивного, физкультурно-</p>

				<p>оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом.</p> <p>Владеть опытом: - планирования и реализации циклов занятий различной продолжительности избранному виду спорта; - планирования спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - планирования и проведения научного исследования по определению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта.</p>
Гражданская позиция	УК-10.	Способен формировать нетерпимое отношение к коррупционному поведению	<p>УК – 10.2. - формировать и прививать добросовестное отношение участникам в области ФК и спорта, предотвращать попытки коррупции или иной сферы деятельности в отношении ФК и спорта, организовывать пропаганду антикоррупционных мероприятий основываясь на полученные отрасли знаний, обеспечивать статус участников честного поведения тренировок и соревнований.</p>	<p>Знать: - терминологию, предмет антикоррупционного поведения и ее предотвращения, классификацию, цель, задачи, функции, принципы.</p> <p>Уметь: - формировать и прививать добросовестное отношение участникам в области ФК и спорта, предотвращать попытки коррупции или иной сферы деятельности в отношении ФК и спорта, организовывать пропаганду антикоррупционных мероприятий основываясь на полученные отрасли знаний, обеспечивать статус участников честного поведения тренировок и соревнований.</p> <p>Владеть опытом: - использования основных средств и методов антикоррупционного поведения; - планирования нетерпимого отношения к коррупции; - оказания помощи антикоррупции в области спорта и физической культуры; - организации физкультурно-</p>

				спортивных мероприятий без коррупционного поведения.
Правовые основы профессиональной деятельности	ОПК – 12.	Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики	ОПК-12.2. - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; - ориентироваться в судебной практике по спорам в области физической культуры и спорта; - анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов; - осуществлять контроль качества услуг, их соответствия требованиям нормативных правовых актов условиям договоров.	Знать: - законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; - законодательство Российской Федерации в образовании; - нормативные документы в области физической культуры и спорта; - требования федераций по видам спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий; - правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг; - нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией; - нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка; - судебную практику по спорам в области физической культуры и спорта; - положения и регламенты спортивного арбитражного судопроизводства; - методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; - этические нормы в области спорта и образования. Уметь: - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; -

				<p>ориентироваться в судебной практике по спорам в области физической культуры и спорта; - анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов; - осуществлять контроль качества услуг, их соответствия требованиям нормативных правовых актов условиям договоров.</p> <p>Владеть опытом: - обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики;- разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника; - разработки внутренних порядков организации управленческого учета и отчетности; - составления документов по проведению соревнований; - составления документов по разрешению споров в области физической культуры и спорта.</p>
--	--	--	--	---

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		1			

Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	36	36			
Учебные занятия лекционного типа	16	16			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Практические занятия	4	4			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Лабораторные занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Иная контактная работа	16	16			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Самостоятельная работа обучающихся	27	27			
Контроль промежуточной аттестации	9	9			
Форма промежуточной аттестации		зачет			
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	72	72			

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 1		Курс 2	
			Сессия 3-4	Сессия 1-2	Сессия 3-4
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	16		16		
Учебные занятия лекционного типа	6		6		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Практические занятия	2		2		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Лабораторные занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Иная контактная работа	8		8		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Самостоятельная работа обучающихся	52		52		
Контроль промежуточной аттестации	4		4		
Форма промежуточной аттестации	зачет		зачет		

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	72		72		
--	-----------	--	-----------	--	--

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа
Модуль 1 (Семестр 1)										
Раздел 1. Общее учение о государстве и праве. Конституционное право	31	13	18	8		2				8
1.1. Общее учение о государстве	8	4	4	2						2
1.2. Общее учение о праве	10	4	6	2		2				2
1.3. Предмет, метод, источники конституционного права России.	6	2	4	2						2
1.4. Основы государственного строя России	7	3	4	2						2
Общий объем по модулю (семестру), часов	31	13	18	8		2				8
Раздел 2 Основные отрасли российского права	32	14	18	8		2				8
2.1. Предмет, метод и источники административного права. Основные институты административного права	8	2	6	2		2				2
2.2. Подотрасли и основные институты гражданского права России	8	4	4	2						2
2.3. Основы трудового права	8	4	4	2						2
2.4. Правовое регулирование профессиональной деятельности	8	4	4	2						2
Общий объем по (семестру), часов	32	14	18	8		2				8

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками									
		Самостоятельная работа	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки	
Контроль промежуточной аттестации (час)	9										
Общий объем по модулю, часов	72	27	36	16		4				16	
Форма промежуточной аттестации	зачет										

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками									
		Самостоятельная работа	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки	
Модуль 1 (Курс 1 Сессия 3-4)											
Раздел 1. Общее учение о государстве и праве. Конституционное право	36	28	8	2		2				4	
1.1. Общее учение о государстве	10	8	2							2	
1.2. Общее учение о праве	10	8	2							2	

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической		Семинарские/	из них: в форме практической		Лабораторные занятия	из них: в форме практической
1.3. Предмет, метод, источники конституционного права России.	8	6	2	2							
1.4. Основы государственного строя России	8	6	2				2				
Общий объем по модулю (семестру), часов	36	28	8	2			2				4
Раздел 2 Основные отрасли российского права	32	24	8	4							4
2.1. Предмет, метод и источники административного права. Основные институты административного права	8	6	2								2
2.2. Подотрасли и основные институты гражданского права России	8	6	2	2							
2.3. Основы трудового права	8	6	2								2
2.4. Правовое регулирование профессиональной деятельности	8	6	2	2							
Контроль промежуточной аттестации (час)	4										
Общий объем по модулю, часов	72	52	16	6			2				8
Форма промежуточной аттестации	<i>зачет</i>										

РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1. семестр 1							
Раздел 1. Общее учение о государстве и праве. Конституционное право	15	7	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	реферат	2	Компьютерное тестирование
Раздел 2 Основные отрасли российского права	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	реферат	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по дисциплине (модулю), часов	27	13		10		4	

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1. (1 курс Сессия 3-4)							
Раздел 1. Общее учение о государстве и праве. Конституционное право	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	реферат	2	Компьютерное тестирование

Раздел 2 Основные отрасли российского права	24	12	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	реферат	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по модулю/семестру, часов	52	26		22		4	

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. ОБЩЕЕ УЧЕНИЕ О ГОСУДАРСТВЕ И ПРАВЕ. КОНСТИТУЦИОННОЕ ПРАВО

Цель: получение основополагающих знаний о государстве и праве, сущности права и государства, изучение признаков и характерных черт таких понятий, как государство, право, правоотношение изучение основ конституционного права Российской Федерации.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Понятие, сущность и признаки государства. Основные теории о происхождении государства: теологическая, патриархальная, теория насилия, естественно-правовая, экономическая и др. Функции государства: понятие и классификация. Формы государства. Понятие и структура формы государства: форма правления, формы государственного устройства, политический режим. Монархия и республика как формы правления: основные отличия. Виды монархий и республик. Национально-территориальное устройство государства. Унитарные государства, федерации и конфедерации: основные признаки. Основные политические режимы: демократический и антидемократические. Понятие и основные признаки правового государства. Роль гражданского общества в построении и деятельности правового государства. Понятие, сущность и признаки права. Основные теории о происхождении права: естественно-правовая, историческая, экономическая и др. Функции права: понятие и классификация. Понятие и структура права, система права, источники права. Предмет правового регулирования. Механизм правового регулирования. Понятие, предмет и метод конституционного права. Источники российского конституционного права. Конституция РФ: структура, порядок принятия и изменения Конституции РФ. Содержание основ конституционного строя (глава 1 Конституции РФ). Россия, как правовое демократическое государство с республиканской формой правления; взаимоотношение государства и личности; гражданство в РФ; РФ как социальное государство; принцип разделения властей. Понятие правового статуса личности в РФ. Правовой статус личности как совокупность прав, свобод и обязанностей. Соотношение понятий «права» и «свободы». Виды правового статуса. Права и свободы человека, их отличие от прав и свобод гражданина в РФ. Личные, политические, социально-экономические и культурные права и свободы в РФ. Конституционные и иные обязанности личности в РФ. Федеративное устройство в Российской Федерации и его особенности. Субъекты федерации, их виды и правовое положение.

Тема 1.1. Общее учение о государстве

Вопросы для самоподготовки:

1. Характеристика теорий происхождения государств.
2. Сущность, социальное назначение и функции государства.
3. Форма государства: форма правления, государственное устройство, политико-правовой режим в различных типах государств.
4. Правовое государство: идеи и признаки.

Тема 1.2. Общее учение о праве

Вопросы для самоподготовки:

1. Понятие, структура и классификация нормы права.
2. Понятие источников права и их виды.
3. Правомерное поведение и правонарушение: понятие, виды, структура.
4. Юридическая ответственность: понятие, функции, цели, принципы и виды.

Тема 1.3. Предмет, метод, источники конституционного права России. Основы государственного строя России

Вопросы для самоподготовки:

1. Предмет конституционного права России.
2. Метод конституционного права России.
3. Конституция РФ как основной источник конституционного права России.
4. Основные принципы конституционного права России.

5. Основы конституционного статуса человека и гражданина в РФ.

Тема 1.4. Основы государственного строя России

Вопросы для самоподготовки:

1. Принцип разделения властей в РФ.
2. Особенности федеративного устройства Российской Федерации.
3. Федеральное Собрание РФ: структура и порядок формирования.
4. Правительство РФ, порядок формирования и компетенция.
5. Президент РФ, порядок избрания, компетенции

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1.

Форма практического задания: Реферат

Перечень тем рефератов по Разделу 1:

1. Монархия как форма правления в государстве. Виды монархий
2. Республика как форма правления в государстве. Виды республик.
3. Национально-территориальное устройство государства.
4. Роль гражданского общества в построении и деятельности правового государства.
5. Функции права
6. Понятие нормы права и их классификация
7. Понятие юридической ответственности и ее виды
8. Права и свободы человека, их отличие от прав и свобод гражданина в РФ
9. Конституционные и иные обязанности личности в РФ.
10. Федеративное устройство в Российской Федерации и его особенности.
11. Субъекты федерации, их виды и правовое положение.
12. Предметы ведения Российской Федерации и субъектов Российской Федерации.
13. Конституционное, гражданское, уголовное и административное судопроизводство в РФ.
14. Функции Конституционного суда, федеральных судов общей юрисдикции, федеральных арбитражных судов; мировые суды в РФ.
15. Статус судей в Российской Федерации.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 1:

Форма рубежного контроля – компьютерное тестирование.

РАЗДЕЛ 2. ОСНОВНЫЕ ОТРАСЛИ РОССИЙСКОГО ПРАВА

Цель: получение знаний о системе российского права и его отраслях, изучение основ административного, гражданского и трудового права, изучение основ правового регулирования будущей профессиональной деятельности, выработка на основе полученных знаний базовых умений и навыков руководствоваться требованиями действующего законодательства, а также умений и навыков первичной юридической квалификации событий и фактов в целях определения границ правомерного поведения в ситуации, сложившейся в процессе осуществления профессиональной деятельности, а также выработки оптимальных с правовой точки зрения способов ее разрешения.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Понятие, система, предмет, методы и особенности правового регулирования отдельных отраслей российского права (административного, гражданского, трудового). Взаимосвязи и взаимодействие норм отдельных отраслей права. Содержание и особенности правового регулирования будущей профессиональной деятельности.

Тема.2.1 Предмет, метод и источники административного права. Основные институты административного права

Вопросы для самоподготовки:

1. Административное право как отрасль права.
2. Предмет и метод административного права.
3. Источники административного права.
4. Особенности административно-правовых отношений.
5. Субъекты и объекты административно-правовых отношений.
6. Правовые институты отрасли административного права.
7. Административная ответственность.

Тема 2.2. Подотрасли и основные институты гражданского права России

Вопросы для самоподготовки:

1. Предмет и метод гражданского права как отрасли российского права

2. Понятие гражданского права как отрасли российского права
3. Источник гражданского права
4. основания возникновения гражданских правоотношений. Виды гражданских правоотношений.
5. Право собственности: основания возникновения и прекращения. Защита права собственности.
6. Сделки: виды и форма сделок.
7. Основные понятия наследственного права. Наследование по закону. Очереди наследников. Принятие наследства. Время и место открытия наследства. Срок и способ принятия наследства.
8. Юридические лица: понятие и виды. Возникновение и прекращение юридического лица.

Тема 2.3. Основы трудового права

Вопросы для самоподготовки:

- Предмет и метод трудового права как отрасли российского права.
- Особенности правового регулирования трудовых правоотношений.
- Субъекты, объекты и содержание трудовых правоотношений.
- Особенности правового регулирования трудовых отношений в разных сферах деятельности.
- Особенности разрешения трудовых споров.

Тема 2.4. Правовое регулирование профессиональной деятельности

Вопросы для самоподготовки:

1. Особенности правового регулирования в сфере физической культуры и спорта
2. Предмет и метод спортивного права.
3. Источники спортивного права.
4. Система и структура государственного управления в сфере физической культуры и спорта.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2

Форма практического задания: реферат

Перечень тем рефератов по Разделу 2:

- Особенности правового регулирования государственного управления.
- Механизм административно-правового регулирования
- Перспективы развития административно-деликтного права
- Юридические лица как субъекты гражданских прав.
- Понятие и признаки юридического лица; виды юридических лиц.
- Правоспособность и дееспособность юридических лиц.
- Способы и порядок создания и прекращения юридических лиц.
- Понятие и содержание права собственности; правомочия собственника; правомочия владения, пользования, распоряжения.
- Юридические лица как субъекты гражданских прав.
- Понятие и признаки юридического лица; виды юридических лиц.
- Правоспособность и дееспособность юридических лиц.
- Способы и порядок создания и прекращения юридических лиц.
- Понятие и содержание права собственности; правомочия собственника; правомочия владения, пользования, распоряжения.
- Общая характеристика трудовых правоотношений.
- Ответственность работников и работодателей по трудовому законодательству.
- Трудовое соглашение: понятие и содержание.
- Деятельность в сфере физической культуры и спорта как объект правового регулирования.
- Особенности правового регулирования трудовой деятельности в сфере физической культуры и спорта.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 2:

Форма рубежного контроля – компьютерное тестирование.

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является **зачет**, который проводится в **устной** форме.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
УК – 2.	Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	<p>Знать: - требования и принципы целеполагания;- принципы и методы планирования;- виды и содержание планирования в физической культуре и спорте;- методы организации и управления в области физической культуры и спорта, применяемые на федеральном и региональном уровнях - основы планирования, бюджетирования и порядок финансирования деятельности физкультурно-спортивной организации соответствующей организационно-правовой формы и формы собственности; - количественные показатели физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы; - конституцию РФ, свои гражданские права и обязанности, законы РФ и нормативные документы в области физической культуры и спорта и образования.</p>	Этап формирования знаний
		<p>Уметь: - формулировать перечень взаимосвязанных задач, обеспечивающих достижение поставленной цели; - определять ожидаемые результаты решения задач; - разрабатывать различные виды планов по реализации программ в области физической культуры и спорта; - осуществлять планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом его целей и задач физкультурно-спортивной</p>	Этап формирования умений

		<p>организации; - проводить анализ планов с позиций правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; - проводить оценку ресурсного обеспечения спортивного, физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом.</p>	
		<p>Владеть опытом: - планирования и реализации циклов занятий различной продолжительности избранному виду спорта; - планирования спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - планирования и проведения научного исследования по определению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта.</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>
УК-10	Способен формировать нетерпимое отношение к коррупционному поведению	<p>УК – 10.1. Знает: - терминологию, предмет антикоррупционного поведения и ее предотвращения, классификацию, цель, задачи, функции, принципы.</p>	<p>Этап формирования знаний</p>
		<p>УК – 10.2. Умеет: - формировать и прививать добросовестное отношение участникам в области ФК и спорта, предотвращать попытки коррупции или иной сферы деятельности в отношении ФК и спорта, организовывать пропаганду антикоррупционных мероприятий основываясь на полученные отрасли знаний, обеспечивать статус участников честного поведения тренировок и соревнований.</p>	<p>Этап формирования умений</p>
		<p>УК-10.3. Имеет опыт: - использования основных средств и методов антикоррупционного поведения; - планирования нетерпимого отношения к коррупции; - оказания помощи антикоррупции в области спорта и физической культуры; - организации физкультурно-спортивных мероприятий без коррупционного поведения.</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

ОПК-12	Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики	<p>Знать: - законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; - законодательство Российской Федерации в образовании; - нормативные документы в области физической культуры и спорта; - требования федераций по видам спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий; - правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг; - нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией; - нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка; - судебную практику по спорам в области физической культуры и спорта; - положения и регламенты спортивного арбитражного судопроизводства; - методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; - этические нормы в области спорта и образования.</p>	Этап формирования знаний
		<p>Уметь: - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; - ориентироваться в судебной практике по спорам в области физической культуры и спорта; - анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов; - осуществлять контроль качества услуг, их соответствия</p>	Этап формирования умений

		требованиям нормативных правовых актов условиям договоров.	
		Владеть опытом - обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики;- разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника; - разработки внутренних порядков организации управленческого учета и отчетности; - составления документов по проведению соревнований; - составления документов по разрешению споров в области физической культуры и спорта.	Этап формирования навыков и получения опыта

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
УК-2; УК-10; ОПК-12	Этап формирования знаний.	Теоретический блок вопросов. Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал	1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок: (9-10] баллов; 2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения: [8-9) баллов;

			<p>3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала: (6-8) баллов;</p> <p>4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки: [0-6] баллов.</p>
УК-2; УК-10; ОПК-12	Этап формирования умений	<p>Аналитическое задание (<i>задачи, ситуационные задания, кейсы, проблемные ситуации</i>)</p> <p>Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10] баллов;</p> <p>2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов;</p>
УК-2; УК-10; ОПК-12	Этап формирования навыков и получения опыта.	<p>Аналитическое задание (<i>задачи, ситуационные задания, кейсы, проблемные ситуации</i>)</p> <p>Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.</p>	<p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов;</p> <p>4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6] баллов.</p>

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Теоретический блок вопросов.

1. Понятие и признаки государства.
2. Функции государства.
3. Форма государства и ее составные элементы.
4. Форма правления, как элемент формы государства.
5. Форма государственного устройства, как элемент формы государства.
6. Государственный (политический) режим, как элемент формы государства.
7. Понятие и виды социальных норм. Право в системе социальных норм. Взаимоотношение права и морали.
8. Понятие, признаки, принципы и функции права. Взаимосвязь государства и права.
9. Норма права: понятие и признаки. Структура правовой нормы.
10. Понятие и виды источников права. Нормативно-правовые акты как источники права, их классификация.
11. Действие нормативного акта во времени, в пространстве и по кругу лиц.
12. Понятие правоотношения: его признаки, субъекты, содержание, объекты, виды.
13. Юридические факты: понятие и классификация.
14. Понятие, признаки и виды (классификация) правонарушений.
15. Юридический состав правонарушения: понятие и элементы.
16. Юридическая ответственность: понятие, признаки и функции. Виды юридической ответственности.
17. Правовое государство: идеи и признаки.
18. Общая характеристика Конституции Российской Федерации 1993 года: ее структура, порядок внесения поправок и пересмотра Конституции.
19. Основы конституционного строя Российской Федерации.
20. Конституционно-правовой статус личности и гражданина Российской Федерации.
21. Классификация основных прав и свобод человека и гражданина. Конституционные обязанности гражданина РФ.
22. Особенности федеративного устройства России. Правовой статус субъектов Российской Федерации.
23. Избирательная система РФ: понятие, основные принципы и стадии избирательного процесса.
24. Система органов государственной власти РФ. Принципы разделения властей.
25. Президент Российской Федерации. Полномочия и порядок избрания.
26. Президент РФ. Полномочия и основания прекращения полномочий Президента РФ.
27. Федеральное собрание Российской Федерации как представительный и законодательный орган власти. Структура и компетенция палат.
28. Государственная Дума Федерального Собрания РФ. Порядок формирования и компетенция. Статус депутата Государственной Думы РФ.
29. Совет Федерации Федерального Собрания Российской Федерации. Порядок формирования и компетенция. Статус члена Совета Федерации РФ.
30. Правительство Российской Федерации - высший орган исполнительной власти: формирование и полномочия.
31. Судебная система РФ. Статус судей в Российской Федерации.
32. Местное самоуправление в Российской Федерации: понятие и правовая основа функционирования. Основные принципы и полномочия органов местного самоуправления.
33. Гражданское право: понятие, предмет, метод, источники и принципы.
34. Гражданское правоотношение: понятие, объекты, субъекты, содержание.
35. Субъекты гражданского правоотношения. Гражданская правоспособность и гражданская дееспособность.
36. Понятие юридического лица, его признаки. Возникновение и прекращение деятельности юридического лица.
37. Понятие и виды сделок. Формы сделок.
38. Право собственности. Основания и способы приобретения права собственности (основания возникновения).
39. Право собственности. Основания прекращения права собственности.
40. Защита права собственности.
41. Понятие наследования. Порядок наследования по закону.
42. Понятие наследования. Порядок наследования по завещанию.

43. Семейное право как отрасль права: понятие, предмет, метод, источники и основные принципы.
44. Понятие брака по семейному праву. Правовое регулирование заключения брака.
45. Основания и способы прекращения брака. Признание брака недействительным.
46. Личные неимущественные и имущественные права и обязанности супругов.
47. Законный и договорной режимы имущества супругов.
48. Права и обязанности родителей и детей. Лишение и ограничение родительских прав.
49. Алиментные обязательства между членами семьи.
50. Правовое регулирование профессиональной деятельности специалистов в области государственно и муниципального управления.
51. Право на занятие физической культурой и спортом как конституционно-гарантированные социальные права человека и гражданина.
52. Правовое обеспечение государственной политики в сфере физической культуры и спорта.

Аналитическое задание (задачи, ситуационные задания, кейсы, проблемные ситуации и т.д.):

Ситуационная задача 1

С учетом федеративного устройства Российской Федерации, на основании анализа законодательства о физической культуре и спорте составьте схему органов управления физической культурой и спортом.

Ситуационная задача 2

С учетом предложенного для анализа вида спорта выявить особенности:

- а) правил спортивных соревнований;
- б) положений о спортивных соревнованиях.

Ситуационная задача 3

С учетом предложенного для анализа вида спорта определить динамику изменений нормативов и требований Единой всероссийской спортивной классификации при присвоении спортивных разрядов и званий.

Ситуационная задача 4

Назовите отличия в содержании понятий «правоспособность», «дееспособность» и «деликтоспособность».

Ситуационная задача 5

Перечисляя признаки государства, студентка Кудрявцева назвала:

- 1) нормотворческую деятельность;
- 2) государственный суверенитет;
- 3) гарантированность прав и свобод граждан;
- 4) территорию;
- 5) налоги.

В чем ошиблась студентка?

Ситуационная задача 6

Найдите гипотезу, диспозицию и санкцию в административно-правовой норме:

«Нарушение правил охраны электрических сетей напряжением свыше 1000 вольт, могущее вызвать или вызвавшее перерыв в обеспечении потребителей электрической энергией, - влечет наложение административного штрафа на граждан в размере от пятисот до одной тысячи рублей; на должностных лиц – от одной тысячи до двух тысяч рублей; на юридических лиц - от десяти тысяч до двадцати тысяч рублей».

Ситуационная задача 7

При изучении темы «Источники права» студентка Киселева пояснила, что нормативным правовым актом является обычай, санкционированный государством, который обладает общеобязательной силой.

По мнению студентки Травкиной нормативный правовой акт – это решение суда по какому-либо конкретному делу, которое также обладает общеобязательной силой. Студентка Логинова с ними не согласилась. Она считала, что нормативный правовой акт – это официальный документ, принятый компетентными органами государства и содержащий общеобязательные юридические нормы.

Чье мнение является правильным?

Ситуационная задача 8

Назовите законы и подзаконные нормативные правовые акты:

- 1) указ Президента РФ;
- 2) Гражданский кодекс РФ;
- 3) постановление Правительства г. Москвы;
- 4) Конституция РФ.

Ситуационная задача 9

Перечисляя признаки правового государства, студентка Маслова назвала:

- 1) господство права;
- 2) разделение властей и осуществление публичной власти;
- 3) преобладание в экономике государственной собственности;
- 4) реальность прав и свобод граждан;
- 5) взаимную ответственность гражданина и государства.

В чем ошиблась Маслова?

Ситуационная задача 10

К каким отраслям права (гражданскому праву, гражданскому процессуальному, семейному, трудовому, уголовному) относятся следующие институты права:

- 1) социальное партнерство в сфере труда;
- 2) право собственности и другие вещные права;
- 3) принудительные меры медицинского характера;
- 4) права и обязанности супругов;
- 5) пересмотр вступивших в законную силу судебных постановлений.

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата в Российском государственном социальном университете и Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

1. Правоведение : учебник и практикум для вузов / С. И. Некрасов [и др.] ; под редакцией С. И. Некрасова. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 645 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15034-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/488778>
2. Ромашов, Р. А. Теория государства и права : учебник и практикум для вузов / Р. А. Ромашов. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 443 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06486-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493927>

5.1.2. Дополнительная литература

1. Предпринимательское право : учебник и практикум для вузов / Г. Ф. Ручкина [и др.] ; под редакцией Г. Ф. Ручкиной. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 401 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14607-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/497473>
2. Административное право. Практикум : учебник и практикум для вузов / А. И. Стахов [и др.] ; под редакцией А. И. Стахова. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 439 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08281-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/498951>

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) «Правоведение» предполагает изучение материалов дисциплины (модуля) на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций и практических занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программой дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач,
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной учебной программой тематики.

Обработка, обобщение полученных результатов практической работы проводится обучающимися самостоятельно или под руководством преподавателя (в зависимости от степени сложности поставленных задач). В результате оформляется индивидуальный отчет. Подготовленная к сдаче на контроль и оценку работа сдается преподавателю. Форма отчетности может быть письменная, устная или две одновременно. Главным результатом в данном случае служит получение положительной оценки по каждой лабораторной работе/практическому занятию. Это является необходимым условием при проведении рубежного контроля и допуска к зачету. При получении неудовлетворительных результатов обучающийся имеет право в дополнительное время пересдать преподавателю работу до проведения промежуточной аттестации.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Более подробная информация о самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение

самостоятельной работы по дисциплине (модулю)», «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю»).

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.
- 4.

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7
2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic
3. Справочная система Консультант+
4. Okular или Acrobat Reader DC
5. Ark или 7-zip
6. SKY DNS
7. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения дисциплины (модуля) «Правоведение» в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура* используются:

Учебная аудитория для занятий лекционного типа оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

Учебная аудитория для занятий семинарского типа: оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть Интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

5.6 Образовательные технологии

При реализации дисциплины (модуля) *«Правоведение (модуля)»* применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение дисциплины (модуля) *«Правоведение (модуля)»* использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий в форме деловых и ролевых игр, разбора конкретных ситуаций в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития **профессиональных** навыков обучающихся.

При освоении дисциплины (модуля) *«Правоведение (модуля)»* предусмотрено применением электронного обучения.

Учебные часы дисциплины (модуля) *«Правоведение (модуля)»* предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках дисциплины (модуля) *«Правоведение (модуля)»* предусмотрены встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых связана с *направленностью* реализуемой основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1	Утверждена и введена в действие решением Ученого Совета юридического факультета на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. №940 и Приказом Министерства науки и высшего образования от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные образовательные стандарты высшего образования»	Протокол заседания Ученого совета факультета № 8 от « <u>27</u> » <u>апреля</u> <u>2022</u> года	01.09.2022



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«03» мая 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Экономика (МОДУЛЯ)

Направление подготовки
«Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Экономика (модуля)» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата 49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

- 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;
- 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;
- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»;
- 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»;
- 05.012 Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»

Рабочая программа дисциплины (модуля) разработана рабочей группой в составе: к.э.н., доц. Васютиной Е.С.

Руководитель основной профессиональной образовательной программы к.п.н., доцент



Петрова М. А.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (модуля) обсуждена и утверждена на Ученом совете экономического факультета (наименование факультета) Протокол № 9 от «29» апреля 2022 года Декан экономического факультета, д.э.н, профессор



Солодуха П.В.

(подпись)

Рабочая программа учебной дисциплины рецензирована и рекомендована к утверждению:

Заведующий кафедрой мировой экономики института управления и права Тульского государственного университета, к.э.н., доцент



Смирнова С.Н..

(подпись)

Д.э.н., профессор РГСУ



Солодуха П.В.

(подпись)

Согласовано Научная библиотека, директор



(подпись)

И.Г. Маляр

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы <i>бакалавриата</i>	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	4
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	5
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	5
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	6
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	10
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	10
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	11
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	16
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	16
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	16
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	17
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	18
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	20
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	20
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	20
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	21
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	21
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	23
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	23
5.6 Образовательные технологии	24
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	25

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель дисциплины заключается в получении обучающимися теоретических знаний о закономерностях функционирования экономики с последующим применением в профессиональной сфере и практических навыков (формирование) в сфере финансов и экономики.

Задачи дисциплины (модуля):

1. Развить способность использовать основы экономических знаний в различных сферах деятельности;
2. Сформировать способность собрать и проанализировать исходные данные, необходимые для расчета экономических и социально-экономических показателей, характеризующих деятельность хозяйствующих субъектов
3. Развить способность на основе типовых методик и действующей нормативно-правовой базы рассчитать экономические и социально-экономические показатели, характеризующие деятельность хозяйствующих субъектов.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы бакалавриата

Дисциплина (модуль) «*Экономика (модуля)*» реализуется в *обязательной* части основной образовательной программы по направлению подготовки «49.03.01 *Физическая культура*» очной, заочной формам обучения.

Изучение дисциплины (модуля) «*Экономика (модуля)*» базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися ранее в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): «*Философия(модуля)*», «*История (модуля)*».

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной (модулем):

- *Технологии самоорганизации и эффективного взаимодействия*

- *Иностранный язык*

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: УК-9 в соответствии с основной профессиональной образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура*.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора	Результаты обучения
-----------------------	-----------------	--------------------------	-------------------------------	---------------------

			ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ	
Экономическая культура, в том числе финансовая грамотность	УК-9	Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности	УК-9.2. пользоваться основными расчетными инструментами (наличные, безналичные, электронные денежные средства), предотвращать возможное мошенничество	<p>Знать: основные инструменты управления личными финансами (банковский вклад, кредит (заем), ценные бумаги, инвестиционные фонды, драгоценности, недвижимость, валюта), способы определения их доходности, надежности, ликвидности, влияние на доходы и расходы индивида.</p> <p>Уметь: пользоваться основными расчетными инструментами (наличные, безналичные, электронные денежные средства), предотвращать возможное мошенничество.</p> <p>Владеть: восприятием и анализом информации, необходимую для принятия обоснованных решений в сфере управления личными финансами</p>

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		1			
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	36	36			
Учебные занятия лекционного типа	16	16			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Практические занятия	4	4			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Лабораторные занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Иная контактная работа	16	16			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Самостоятельная работа обучающихся	27	27			

Контроль промежуточной аттестации	9	9			
Форма промежуточной аттестации		диф.зачет			
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	72	72			

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 1		Курс 2	
			Сессия 3-4	Сессия 1-2	Сессия 3-4
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	16		16		
Учебные занятия лекционного типа	6		6		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Практические занятия	2		2		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Лабораторные занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Иная контактная работа	8		8		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Самостоятельная работа обучающихся	52		52		
Контроль промежуточной аттестации	4		4		
Форма промежуточной аттестации	диф.зачет		диф.зачет		
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	72		72		

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Лекционные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Семинарские/ практические занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Лабораторные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Иная контактная работа <i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Модуль 1 (Семестр 1)											
Раздел 1. Общие вопросы экономики	31	13	18	8		2				8	
Тема 1.1 Введение в экономику. Предмет и метод экономики	12	4	8	4						4	
Тема 1.2 Собственность и система хозяйствования.	10	4	6	2		2				2	
Тема 1.3: Экономические системы и их классификация.	9	5	4	2						2	
Общий объем по модулю (семестру), часов	31	13	18	8		2				8	
Раздел 2. Рыночный механизм. Государственное регулирование экономики	32	14	18	8		2				8	
Тема 2.1. Общая характеристика рыночной экономики. Государственное регулирование экономики.	10	4	6	2						4	
Тема 2.2. Рыночное равновесие. Общественная выгода от конкурентного равновесия	12	4	8	4		2				2	
Тема 2.3. Эластичность спроса и предложения	10	6	4	2						2	
Общий объем по (семестру), часов	32	14	18	8		2				8	

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками									
		Самостоятельная работа	Лекционные занятия		Семинарские/практические занятия		Лабораторные занятия		Иная контактная работа		
Всего	Всего	из них: в форме лекционной подготовки	из них: в форме практической подготовки	из них: в форме практической подготовки	из них: в форме практической подготовки	из них: в форме практической подготовки	из них: в форме практической подготовки	из них: в форме практической подготовки	из них: в форме практической подготовки		
Контроль промежуточной аттестации (час)	9										
Общий объем по модулю, часов	72	27	36	16		4				16	
Форма промежуточной аттестации	диф.зачет										

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками									
		Самостоятельная работа	Лекционные занятия		Семинарские/практические занятия		Лабораторные занятия		Иная контактная работа		
Всего	Всего	из них: в форме лекционной подготовки	из них: в форме практической подготовки	из них: в форме практической подготовки	из них: в форме практической подготовки	из них: в форме практической подготовки	из них: в форме практической подготовки	из них: в форме практической подготовки	из них: в форме практической подготовки		
Модуль 1 (Курс 1 Сессия 3-4)											
Раздел 1. Общие вопросы экономики	36	28	8	2		2				4	
Тема 1.1 Собственность и система хозяйствования. Экономические системы и их классификация.	10	8	2							2	

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов											
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками									
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической		Семинарские/	из них: в форме практической		Лабораторные занятия	из них: в форме практической	
Тема 1.2 Общая характеристика рыночной экономики	14	10	4	2							2	
Тема 1.3: Экономические системы и их классификация.	12	10	2				2					
Общий объем по модулю (семестру), часов	36	28	8	2			2				4	
Раздел 2. Рыночный механизм. Государственное регулирование экономики	32	24	8	4							4	
Тема 2.1. Общая характеристика рыночной экономики. Государственное регулирование экономики.	10	8	2								2	
Тема 2.2. Рыночное равновесие. Общественная выгода от конкурентного равновесия	10	8	2	2								
Тема 2.3. Эластичность спроса и предложения	12	8	4	2							2	
Контроль промежуточной аттестации (час)	4											
Общий объем по модулю, часов	72	52	16	6			2				8	
Форма промежуточной аттестации	<i>диф. зачет</i>											

РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1. семестр 1							
Раздел 1. Общие вопросы экономики	15	7	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	расчетное практическое задание	2	Компьютерное тестирование
Раздел 2. Рыночный механизм. Государственное регулирование экономики	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	расчетное практическое задание	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по дисциплине (модулю), часов	27	13		10		4	

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1. (1 курс Сессия 3-4)							
Раздел 1. Общие вопросы экономики	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	расчетное практическое задание	2	Компьютерное тестирование

Раздел 2. Рыночный механизм. Государственное регулирование экономики	24	12	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	расчетное практическое задание	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по модулю/семестру, часов	52	26		22		4	

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РЫНОЧНОЙ ЭКОНОМИКИ

Тема 1.1: *Введение в экономику. Предмет и метод экономики*

Цель: провести анализ предпосылок и исходных признаков экономики.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Исходные признаки экономики. Потребности и ресурсы. Экономические агенты (рыночные и нерыночные). Закон возвышающихся потребностей. Ограниченность благ и проблема выбора оптимального решения. Предмет экономической теории. Экономические блага и их классификации, полные и частичные взаимодополняемость и взаимозамещение благ.

Метод экономической теории. Характеристика методологии, позитивный и нормативный подходы; общие и специальные методы анализа экономической действительности. Теории, концепции и модели, допущения. Практика - критерий истины. Роль экономического прогнозирования в развитии общества.

Функции экономической теории: познавательная, методологическая, мировоззренческая, критическая, прогностическая, практическая. Формирование современного экономического мышления. Развитие предпринимательской инициативы, компетенции и профессионализма.

Вопросы для самоподготовки:

1. Производственные возможности общества и экономический выбор.
2. Особенности современного этапа развития экономической мысли в России.
3. Общая методология. Методы и уровни анализа.
4. Экономика и экономическая политика.
5. Формирование и эволюция основных направлений экономической теории.
6. Экономические субъекты. Интересы и целевые установки экономических агентов.
7. Принцип альтернативности и производственные возможности.
8. Модель «круговых потоков».

Тема 1.2: *Собственность и система хозяйствования.*

Цель: Выявить сущность, содержания, форм и видов собственности, рассмотрение собственности с экономической и юридической точек зрения.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Собственность как экономическая категория. Собственность как экономическое отношение и ее составные элементы: присвоение, способ соединения работника со средствами производства, организационно-экономический механизм реализации. собственность и хозяйствование: структура прав, передача прав, согласование обязанностей. Место собственности в системе

общественных отношений. Экономическое и юридическое содержание собственности на условия производства и его результаты.

Юридическая и экономическая категория собственности, структура собственности, права собственности, континентальная традиция прав собственности; англо-саксонская традиция прав собственности, теория "пучка прав собственности", классификация прав собственности А. Оноре; персонификация прав собственности и экономический статус субъекта хозяйствования, экономическая власть и экономическая зависимость; Структура прав и передача прав, согласование обязанностей. Источники экономической власти, трансакционные издержки, формы трансакционных издержек.

Формы собственности. Признаки классификации форм собственности, характеристика основных форм собственности. Противоречия разных форм собственности. Многообразие форм собственности как предпосылка и условие функционирования рыночной экономики.

Сущность и содержание хозяйствования. Понятие хозяйствования. Экономическое и неэкономическое хозяйство. Основные категории хозяйствования. Институциональные факторы высокоэффективной хозяйственной деятельности.

Вопросы для самоподготовки:

1. Система социальной защиты в условиях трансформации собственности в России;
2. Проблема редкости ресурсов в индустриальном и постиндустриальном обществе.
3. Юридическая и экономическая категория собственности.
4. Основные черты экономического содержания собственности.
5. Теория прав собственности. Трансакционные издержки.
6. Экономическая власть и экономическая зависимость.
7. Классификация и основные черты разных форм собственности.
8. Преобразование собственности: критерии эффективности пути и формы.
9. Особенности преобразования собственности в российской экономике.
10. Система социальной защиты в условиях трансформации собственности в России;

Тема 1.3: Экономические системы и их классификация.

Цель: выявить сущность, содержания видов экономических систем.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Понятие экономической системы. Типологизация экономических систем. Марксистский и неоклассический подход. Формационный и цивилизационный подходы к классификации экономических систем, их сравнительные достоинства и недостатки. Постиндустриальное (информационное) общество, его перспективы, эндогенные и экзогенные корни. Понятия, критерии, типы и принципы классификации экономических систем.

Общая характеристика различных форм хозяйствования (традиционная экономика, рыночная экономика (или товарное хозяйство), плановая экономика (или плановое хозяйство), командно-административная система (командное хозяйство), смешанная экономика, переходная экономика, информационная экономика. Формы рыночной экономики, основанные на разных формах собственности на средства производства.

Современные модели и механизмы регулирования социально-экономических систем. Смешанная экономика как современная форма рыночной экономики. Смешанная экономика и «чистая экономика». Смешанная экономика, цивилизация и формация. Смешанная экономика и переходная экономика. Модели смешанной экономики.

Вопросы для самоподготовки:

1. Проблема редкости ресурсов в индустриальном и постиндустриальном обществе. Экономическая система: содержание, структура и критерии классификации.
2. Формационный подход к анализу экономических систем.
3. Цивилизационный подход к исследованию современного общества.

4. Современные экономические системы.
5. Параметры смешанной экономики и ее модели.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1

Форма практического задания: расчетное практическое задание

Примерные расчетно-практические задания к разделу 1:

Задача № 1.1. Расчёт цены выбора

Петров хочет купить мебельный гарнитур. Он должен затратить на поиски дешевого и качественного варианта 7 рабочих дней, для чего намерен взять отпуск без сохранения заработка. Если он не сделает этого, то купит гарнитур на 20% дороже. В день Петров зарабатывает 1000 руб.

Какова должна быть цена гарнитура для того, чтобы рационально мыслящему Петрову было все равно – искать дешевый вариант или нет?

Задача № 1.2. Выбор более дешёвого способа передвижения

Самолетом из Москвы во Владивосток можно добраться за 8 ч, но с учетом сопутствующих затрат времени можно считать, что сутки для работы или отдыха теряются. Поездка в поезде займет 9 дней. Авиабилет стоит 900 р., а железнодорожный билет 500 р.

а) Какой способ передвижения дешевле для человека, зарабатывающего 50 р. каждый рабочий день с понедельника по пятницу.

б) Если 4 из 9 дней пути на поезде приходится на выходные, то сколько должен зарабатывать в будний день наш путешественник, чтобы ему было все равно с чисто экономической позиции - лететь в выходной день или ехать поездом?

Задача № 1.3. Расчёт максимального числа дней ремонта

Иванов хочет отремонтировать квартиру. Он может нанять мастеров и заплатить им 15 тыс. р., а может все сделать сам, тогда ремонт будет стоить ему только 5 тыс. р. (цена материалов). Но придется взять отпуск без сохранения заработка. В день он зарабатывает 500 р. Какое максимальное число дней может потратить на ремонт Иванов, чтобы не нести убытки.

Задача № 1.4. Построение КПВ

На одном поле фермер может произвести 500 т картофеля или 100 т пшеницы, а на другом альтернативная стоимость выращивания 2 т пшеницы равна 5 т картофеля при максимальном производстве картофеля, равном 1000 т. Построить кривую производственных возможностей фермера.

Задача № 1.5. Расчёт альтернативных издержек

Средневековый кузнец специализируется на копьях и плугах. Могут ли его альтернативные производственные возможности описываться следующими данными?

Копья, шт	36	30	24	18	12	6	0
Плуги, шт	0	2	5	9	12	15	17

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 1: форма рубежного контроля –компьютерное тестирование

РАЗДЕЛ 2 РЫНОЧНЫЙ МЕХАНИЗМ. ГОСУДАРСТВЕННОЕ РЕГУЛИРОВАНИЕ ЭКОНОМИКИ

Тема 2.1 Общая характеристика рыночной экономики. Государственное регулирование экономики

Цель: проанализировать условия формирования рыночной системы хозяйства, оценка преимуществ и недостатков рыночной системы.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Понятие рынка, условия формирования и развития рыночной экономики. Возникновение, сущность и структура рынка. Общественное разделение труда и возникновение обмена. Различные виды экономического обмена. Натуральное хозяйство, простое и развитое товарное производство. Редкость благ и координация в рыночной экономической системе. А. Смит о «невидимой руке» рыночного хозяйства. Теорема А. Смита. Структуризация рынка по объектам, субъектам, географическому положению, уровню насыщения, степени зрелости и ограниченности конкуренции, соответствию действующему законодательству, отраслям, характеру продаж. Конкуренция и ее виды. Конкурентные и неконкурентные рынки. Субъектная структура рыночного хозяйства: домохозяйства, фирмы и государство. Функции рыночного механизма. Рынок и государство.

Виды экономического обмена. Определение рыночной экономики. Функции рынка, структура рынка, товар и его свойства, стоимость, ценность, полезность товара, двойственный характер труда воплощенный в товаре: конкретный и абстрактный труд, услуга как товар, закон стоимости, его содержание и функции в рыночной экономике, инфраструктура рынка, преимущества рынка, «провалы» рынка, функции государства в рыночной экономике, направления деятельности государства, прямое и косвенное регулирование, типы экономической политики, причины неэффективности государства.

Вопросы для самоподготовки:

1. Рынок: сущность, условия возникновения и развития.
2. Товар и его свойства. Услуга как товар.
3. Стоимость, ценность, полезность товара.
4. Основные функции рынка и его структура.
5. Преимущества и недостатки рыночного регулирования.
6. Функции и направления деятельности государства.
7. Экономическая политика государства: инструменты, виды, причины неэффективности.

Тема 2.2 Рыночное равновесие. Общественная выгода от конкурентного равновесия

Цель: выяснить природу и форму обменных операций

Перечень изучаемых элементов содержания:

Рыночный спрос факторы, влияющие на рыночный спрос. Функция спроса и объем спроса. Кривая спроса. Закон спроса. Индивидуальный и рыночный спрос. Рыночный спрос и индивидуальный спрос, взаимодополняемые и взаимозаменяемые товары, закон спроса, парадоксы спроса, эффект Гиффена, эффект Веблена, «асимметричность информации», инфляционные ожидания, функциональный и нефункциональный спрос, классификация потребительского спроса по Х. Лейбенштайну.

Рыночное предложение. Факторы, влияющие на рыночное предложение. Функция предложения и объем предложения. Кривая предложения. Закон предложения. Функции предложения.

Взаимодействие спроса и предложения. Равновесие, рынок, равновесная цена. Механизм установления равновесия, равновесная цена, равновесный объем, свойства рыночного равновесия. Множественность рыночного равновесия, частичное рыночное равновесие, области экономической активности, модель паутины, устойчивость равновесия по А.Маршаллу и Л.Вальрасу. Равновесная цена и ее функции. Рыночная динамика. Виды рыночного равновесия и государственное воздействие на механизм рыночного ценообразования. Работа рыночного механизма и динамическая эффективность рынка.

Излишки потребителя и производителя. Благополучие потребителей, измерение потребительского излишка. Определение излишка производителя, определение излишка производителя с помощью кривой предложения. Общественное благополучие и экономическая эффективность. Оценка рыночного равновесия с точки зрения общественной выгоды, влияние налогообложения и дотаций.

Рынок покупателя, рынок продавца, изменение равновесия, дефицит и излишек, государственное регулирование ценообразования, контроль за ценами, «цена пола», «цена потолка», налоги и дотации, фиксированные цены, цена «черного рынка», объемы «контрабанды», спекулянты и устойчивость равновесия.

Вопросы для самоподготовки:

1. Понятие спроса и его функция. Закон спроса.
2. Кривая спроса и ее особенности.
3. Предложение и его функция. Закон предложения.
4. Факторы изменения предложения. Цена предложения.
5. Взаимодействие спроса и предложения. Рыночное равновесие.
6. Механизм установления равновесия. Рыночная динамика.
7. Свойства рыночного равновесия.
8. Государственное регулирование ценообразования.
9. Потребительский излишек.
10. Излишек производителей.
11. Благополучие потребителя и рыночная эффективность.
12. Налоги, дотации и общественные излишки.
13. Спекулянты и устойчивость рыночного равновесия;
14. Влияние эластичности спроса по цене на тип конкуренции.

Тема 2.3: Эластичность спроса и предложения

Цель: изучить методы расчета чувствительности и практического ее применения в экономике.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Понятие эластичности, ее свойства и виды, способы ее определения: приростной и темповый методы, метод сравнительной статики, показатели эластичности.

Эластичность спроса по цене и ее детерминанты, Эластичность спрос по доходу, точечная эластичность, дуговая эластичность, перекрестная эластичность, абсолютно неэластичные спрос и предложение, абсолютно эластичные спрос и предложение, единичная эластичность предложения и факторы, влияющие на эластичность предложения, фактор времени, эластичность спроса по цене и общая выручка.

Практическое применение фактора эластичного спроса и предложения в бизнесе и экономической политике. Эластичность и налогообложение. Прогнозирование оптимального объема выпуска. Экономический анализ прямых государственных мер. Оценка по показателю выручки. Графический анализ последствий изменение в ценообразовании.

Вопросы для самоподготовки:

1. Ценовая эластичность и распределение налогового бремени Понятие эластичности, ее свойства и виды.
2. Эластичность спроса по цене и ее детерминанты. Перекрестная эластичность.
3. Эластичность спроса по цене и совокупная выручка.
4. Эластичность спроса относительно дохода.
5. Эластичность предложения.
6. Практическое применение эластичности в микроанализе.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2

Форма практического задания: расчетное практическое задание

Примерные расчетно-практические задания к разделу 2:

Задача №2.1. На рынке товара X функция спроса задана как $Q_d = 360 - 30P$, а функция предложения задана как $Q_s = 20P - 40$. Ответьте на несколько вопросов про рынок товара X. Чему равна

равновесная цена?. Чему равен равновесный объем продаж? Чему равен излишек производителя (PS) в точке равновесия?

Задача № 2.2. На рынке некоторого товара функция спроса задана как $Q_d = 300 - 3P$, а функция предложения задана как $Q_s = 2P - 50$, где P – цена товара, Q_d - величина спроса на него, а Q_s - величина предложения. Рассчитайте равновесную цену, которая установится на этом рынке.

Задача № 2.3. В продолжение предыдущего вопроса. На рынке некоторого товара функция спроса задана как $Q_d = 300 - 3P$, а функция предложения задана как $Q_s = 2P - 50$, где P – цена товара, Q_d - величина спроса на него, а Q_s - величина предложения. Рассчитайте величину излишка производителя на этом рынке в ситуации .

Задача № 2.4. Когда говядина стоила 200 руб./кг. величина спроса на курятину составляла 1000 кг. в неделю. После того, как цена говядины выросла до 400 руб./кг. (при прочих равных условиях), величина спроса на курятину составила 3000 кг. в неделю. Рассчитайте величину перекрестной эластичности спроса на курятину по цене говядины по формуле ДУГОВОЙ эластичности.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 2: форма рубежного контроля –компьютерное тестирование.

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является дифференцированный **зачет**, который проводится в **устной** форме.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
УК-9.	Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности	Знает: основные инструменты управления личными финансами (банковский вклад, кредит (заем), ценные бумаги, инвестиционные фонды, драгоценности, недвижимость, валюта), способы определения их доходности, надежности, ликвидности, влияние на доходы и расходы индивида.	Этап формирования знаний
		Умеет: пользоваться основными расчетными инструментами (наличные, безналичные, электронные денежные средства), предотвращать возможное мошенничество.	Этап формирования умений
		Владеет: восприятием и анализом информации, необходимой для принятия обоснованных решений	Этап формирования навыков и получения опыта

		в сфере управления личными финансами	
--	--	--------------------------------------	--

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
УК-9	Этап формирования знаний.	<p>Теоретический блок вопросов.</p> <p>Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал</p>	<p>1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок: [9-10] баллов;</p> <p>2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения: [8-9) баллов;</p> <p>3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала: (6-8) баллов;</p> <p>4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки: [0-6] баллов.</p>

УК-9	Этап формирования умений	<p>Аналитическое задание (<i>задачи, ситуационные задания, кейсы, проблемные ситуации</i>)</p> <p>Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10) баллов;</p> <p>2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов;</p>
УК-9	Этап формирования навыков и получения опыта.	<p>Аналитическое задание (<i>задачи, ситуационные задания, кейсы, проблемные ситуации</i>)</p> <p>Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.</p>	<p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов;</p> <p>4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6] баллов.</p>

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Теоретический блок вопросов.

1. Предмет экономической теории. Формирование основных направлений экономической теории и их эволюция.
2. Методология и основные методы экономической теории.
3. Потребности, ресурсы, выбор. Экономические интересы и потребности. Закон повышения потребностей.
4. Специфика микроэкономического анализа в экономической теории. Субъекты рыночных отношений и их взаимодействие.
5. Принцип альтернативности и производственные возможности.
6. Экономическое содержание категории собственность.

7. Теория прав собственности.
8. Правовые предпосылки рыночного хозяйства и трансакционные издержки.
9. Формы собственности и их характеристика.
10. Экономическая система: содержание, структура и критерии классификации.
11. Характеристика основных классификаций экономических систем.
12. Условия формирования и функционирования свободного рынка. «Провалы рынка».
13. Роль государства в рыночной экономике.
14. Рыночный спрос. Факторы, на него влияющие. Кривая спроса.
15. Рыночное предложение. Факторы, на него влияющие. Кривые предложения.
16. Взаимодействие спроса и предложения. Рыночное равновесие и его динамика.
17. Государственное регулирование ценообразования в условиях рыночной экономики его последствия.
18. Ценовая эластичность спроса и ее практическое назначение. Перекрестная эластичность. Эластичность спроса относительно дохода.
19. Ценовая эластичность предложения и фактор времени.
20. Излишек потребителя и производителя. Общественная выгода от рыночного равновесия.
21. Полезность и ее функция. Сущность количественного и порядкового подхода к анализу полезности.
22. Государственное регулирование экономики
23. Достоинства и недостатки рыночного регулирования.
24. Основные направления государственной политики.
25. Провалы рынка.

Аналитическое задание:

1. Петров хочет купить мебельный гарнитур. Он должен затратить на поиски дешевого и качественного варианта 7 рабочих дней, для чего намерен взять отпуск без сохранения заработка. Если он не сделает этого, то купит гарнитур на 20% дороже. В день Петров зарабатывает 1000 руб.
2. Какова должна быть цена гарнитура для того, чтобы рационально мыслящему Петрову было все равно – искать дешевый вариант или нет?
3. Самолетом из Москвы во Владивосток можно добраться за 8 ч, но с учетом сопутствующих затрат времени можно считать, что сутки для работы или отдыха теряются. Поездка в поезде займет 9 дней. Авиабилет стоит 900 р., а железнодорожный билет 500 р.
4. а) Какой способ передвижения дешевле для человека, зарабатывающего 50 р. каждый рабочий день с понедельника по пятницу.
5. б) Если 4 из 9 дней пути на поезде приходится на выходные, то сколько должен зарабатывать в будний день наш путешественник, чтобы ему было все равно с чисто экономической позиции - лететь в выходной день или ехать поездом?
6. Иванов хочет отремонтировать квартиру. Он может нанять мастеров и заплатить им 15 тыс. р., а может все сделать сам, тогда ремонт будет стоить ему только 5 тыс. р. (цена материалов). Но придется взять отпуск без сохранения заработка. В день он зарабатывает 500 р. Какое максимальное число дней может потратить на ремонт Иванов, чтобы не нести убытки.
7. На одном поле фермер может произвести 500 т картофеля или 100 т пшеницы, а на другом альтернативная стоимость выращивания 2 т пшеницы равна 5 т картофеля при максимальном производстве картофеля, равном 1000 т. Построить кривую производственных возможностей фермера.
8. Средневековый кузнец специализируется на копьях и плугах. Могут ли его альтернативные производственные возможности описываться следующими данными?

Копья, шт	36	30	24	18	12	6	0
Плуги, шт	0	2	5	9	12	15	17

9. На рынке товара X функция спроса задана как $Q_d = 360 - 30P$, а функция предложения задана как $Q_s = 20P - 40$. Ответьте на несколько вопросов про рынок товара X. Чему равна равновесная цена?. Чему равен равновесный объем продаж? Чему равен излишек производителя (PS) в точке равновесия?
10. На рынке некоторого товара функция спроса задана как $Q_d = 300 - 3P$, а функция предложения задана как $Q_s = 2P - 50$, где P – цена товара, Q_d - величина спроса на него, а Q_s - величина предложения. Рассчитайте равновесную цену, которая установится на этом рынке.
11. В продолжение предыдущего вопроса. На рынке некоторого товара функция спроса задана как $Q_d = 300 - 3P$, а функция предложения задана как $Q_s = 2P - 50$, где P – цена товара, Q_d - величина спроса на него, а Q_s - величина предложения. Рассчитайте величину излишка производителя на этом рынке в ситуации .
12. Когда говядина стоила 200 руб./кг. величина спроса на курятину составляла 1000 кг. в неделю. После того, как цена говядины выросла до 400 руб./кг. (при прочих равных условиях), величина спроса на курятину составила 3000 кг. в неделю. Рассчитайте величину перекрестной эластичности спроса на курятину по цене говядины по формуле дуговой эластичности.

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата в Российском государственном социальном университете и Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для дифференцированного зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

1. Гребенников, П. И. Экономика: учебник для вузов / П. И. Гребенников, Л. С. Тарасевич. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 310 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08979-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/488548>

5.1.2. Дополнительная литература

1. Коршунов, В. В. Экономическая теория (для не-экономистов) : учебник для вузов / В. В. Коршунов. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 237 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11331-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/488938>

2. Шимко, П. Д. Экономика: учебник и практикум для вузов / П. Д. Шимко. — 4-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 436 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06769-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/488851>

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) «*Экономика*» предполагает изучение материалов дисциплины (модуля) на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций и практических занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программой дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач,
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной учебной программой тематики.

Обработка, обобщение полученных результатов практической работы проводится обучающимися самостоятельно или под руководством преподавателя (в зависимости от степени сложности поставленных задач). В результате оформляется индивидуальный отчет. Подготовленная к сдаче на контроль и оценку работа сдается преподавателю. Форма отчетности может быть письменная, устная или две одновременно. Главным результатом в данном случае служит получение положительной оценки по каждой лабораторной работе/практическому занятию. Это является необходимым условием при проведении рубежного контроля и допуска к зачету. При получении неудовлетворительных результатов обучающийся имеет право в дополнительное время пересдать преподавателю работу до проведения промежуточной аттестации.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Более подробная информация о самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение

самостоятельной работы по дисциплине (модулю)», «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)»).

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.
- 4.

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7
2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic
3. Справочная система Консультант+
4. Okular или Acrobat Reader DC
5. Ark или 7-zip
6. SKY DNS
7. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения дисциплины (модуля) «Экономика» в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура* используются:

Учебная аудитория для занятий лекционного типа оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекционное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

Учебная аудитория для занятий семинарского типа: оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекционное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть Интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

5.6 Образовательные технологии

При реализации дисциплины (модуля) *«Экономика (модуля)»* применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение дисциплины (модуля) *«Экономика (модуля)»* использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий в форме деловых и ролевых игр, разбора конкретных ситуаций в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития **профессиональных** навыков обучающихся.

При освоении дисциплины (модуля) *«Экономика (модуля)»* предусмотрено применением электронного обучения.

Учебные часы дисциплины (модуля) *«Экономика (модуля)»* предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках дисциплины (модуля) *«Экономика (модуля)»* предусмотрены встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых связана с *направленностью* реализуемой основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1	Утверждена и введена в действие решением Ученого Совета экономического факультета на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. №940 и Приказом Министерства науки и высшего образования от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные образовательные стандарты высшего образования»	Протокол заседания Ученого совета факультета № 9 от «29» апреля 2022 года	01.09.2022



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«03» мая 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Информатика и основы информационно-коммуникационных технологий (МОДУЛЯ)

Направление подготовки
«Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА**

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Информатика и основы информационно-коммуникационных технологий (модуля)» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата 49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура*, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

- 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;
- 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;
- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»;
- 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»;
- 05.012 Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»

Рабочая программа дисциплины (модуля) разработана рабочей группой в составе: кандидат физико-математических наук, доцент факультета информационных технологий О.А. Мудракова, кандидат педагогических наук, доцент факультета информационных технологий С.В. Крапивка.

Руководитель основной профессиональной образовательной программы к.п.н., доцент

Петрова М. А.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (модуля) обсуждена и утверждена на Ученом совете факультета информационных технологий. Протокол № 9 от «28» апреля 2022 года (наименование факультета)

Декан факультета информационных технологий, кандидат педагогических наук

Крапивка Сергей Валерьевич

(подпись)

Рабочая программа учебной дисциплины рецензирована и рекомендована к утверждению:

ФГБОУ ВО «Московский политехнический университет», НОЦ инфокогнитивных технологий, доктор технических наук, профессор

Н. И.
Гданский

канд. техн. наук, доцент факультета информационных технологий

В.Л.
Симонов

Согласовано
Научная библиотека, директор

(подпись)

И.Г. Маляр

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы <i>бакалавриата</i>	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	4
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	10
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	10
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	11
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	13
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	13
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	15
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	21
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	21
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	21
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	25
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	27
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	29
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	29
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	29
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	30
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	30
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	32
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	32
5.6 Образовательные технологии	33
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	34

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель дисциплины (Блок 1 модуля) заключается в получении обучающимися теоретических знаний о сущности, структуре информатики и видах современных информационных технологий с последующим применением в профессиональной деятельности с целью решения тренерских, педагогических, организационно-методических задач, систематизации и углублении базовых знаний студентов по теории информации, основам алгоритмизации, вычислительной техники и информационных технологий, формировании практических навыков работы с информацией с использования современных объектно-ориентированных прикладных программ.

Задачи дисциплины (модуля):

- развитие аналитических, логических и абстрактных форм мышления, необходимых в сфере информатики и информационных технологий;
- усвоение студентами знаний о средствах и методах компьютерной обработки информации,
- приобретение практических навыков применения современных информационных технологий в профессиональной деятельности
- получение знаний и формирование умений и навыков решения прикладных задач на персональных компьютерах,
- овладение навыками современных образовательных и информационных технологий;
- овладение навыками применения компьютерных технологий создания и обработки текстовых документов профессионального качества,
- формирование умений и получение навыков работы с табличным процессором,
- овладение навыками создания компьютерных презентаций.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы *бакалавриата*

Дисциплина (модуль) *«Информатика и основы информационно-коммуникационных технологий (модуля)»* реализуется в *обязательной* части основной образовательной программы по направлению подготовки *«49.03.01 Физическая культура»* очной, заочной формам обучения.

Изучение дисциплины (модуля) *«Информатика и основы информационно-коммуникационных технологий (модуля)»* базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися ранее в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): *«Философия(модуля)»*, *«История (модуля)»*.

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной (модулем):

- *Технологии самоорганизации и эффективного взаимодействия*

- *Иностранный язык*

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы *бакалавриата* соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: УК-1, УК-4, ОПК-16, в соответствии с основной профессиональной образовательной программой

высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура*.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
Системное и критическое мышление	УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	УК - 1.2. работать с информацией, представленной в различной форме; - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода; - обосновывать решение задач физической культуры с позиций системного подхода.	<p>Знать: - понятие и классификация систем; - структуру и закономерности функционирования систем; - особенности системного подхода в научном познании; - понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах; - основные технологии поиска и сбора информации; - форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами; - виды и формы работы с педагогической и научной литературой; - требования к оформлению библиографии (списка литературы)</p> <p>Уметь: - работать с информацией, представленной в различной форме; - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент</p>

				<p>электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода; - обосновывать решение задач физической культуры с позиций системного подхода.</p> <p>Владеть: - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование); - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности.</p>
Коммуникация	УК - 4.	Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)	УК – 4.2. на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; -	Знать: - основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единиц иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических

			<p>получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта.</p>	<p>конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения; - основные термины и понятия в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС.</p> <p>Уметь: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере</p>
--	--	--	--	--

				<p>физической культуры и спорта.</p> <p>Владеть: - деловой коммуникацией, формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта; - публичной речью (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - аргументированным изложением своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - руководства работой спортивного актива; - организацией деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.</p>
Информационно-коммуникационные технологии для профессиональной деятельности	ОПК-16	Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности	ОПК-16.2. - разъяснять правила использования информационно-коммуникационных технологий в помещении спортивного сооружения и на его территории; - разрабатывать план модернизации оснащения спортивного зала, - использовать информационные данные характеризующий инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по	Знать: - классификацию современных информационных технологий; - особенности коммуникационных технологий в профессии педагога, тренера, организатора, руководителя; - правила эксплуатации информационно-коммуникационных технологий сферы ФК и спорта; - параметры и информационное обеспечение на различных спортивных объектах; коммуникационные устройства для лёгкой атлетики; для плавательных бассейнов; для конькобежного спорта, хоккея, фигурного катания,

			<p>базовым видам спорта; - выявлять неисправности информационно-коммуникационных технологий спортивных объектов и инвентаря; - использовать информационные образцы для проверки спортивных снарядов, инвентаря, оборудования по размерам, массе и иным нормируемым физическим характеристикам.</p>	<p>шорт-трека; для игровых видов спорта; для гребного, парусного, конного спорта, велотреков; для тира, стенда, стрельбища; для лыжного спорта; для спортсооружений инвалидов; - информационные требования к экипировке, спортивному инвентарю; - способы проверки наличия и качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря и оборудования с использованием информационных технологий.</p> <p>Уметь - разъяснять правила использования информационно-коммуникационных технологий в помещении спортивного сооружения и на его территории; - разрабатывать план модернизации оснащения спортивного зала, - использовать информационные данные характеризующий инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по базовым видам спорта; - выявлять неисправности информационно-коммуникационных технологий спортивных объектов и инвентаря; - использовать информационные образцы для проверки спортивных снарядов, инвентаря, оборудования по размерам, массе и иным нормируемым физическим характеристикам.</p> <p>Владеть - проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия с оснащением информационно-коммуникационных технологий; - участия на учебных занятиях и в судействе с использованием информации на основе коммуникационных технологий.</p>
--	--	--	--	---

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетные единицы.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		1			
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	72	72			
Учебные занятия лекционного типа	20	20			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Практические занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Лабораторные занятия	20	20			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Иная контактная работа	32	32			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Самостоятельная работа обучающихся	63	63			
Контроль промежуточной аттестации	9	9			
Форма промежуточной аттестации		зачет			
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	144	144			

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 1		Курс 2	
		Сессия 1-2	Сессия 3-4	Сессия 1-2	Сессия 3-4
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	32		32		
Учебные занятия лекционного типа	8		8		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Практические занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					

Лабораторные занятия	8		8	
<i>из них: в форме практической подготовки</i>				
Иная контактная работа	16		16	
<i>из них: в форме практической подготовки</i>				
Самостоятельная работа обучающихся	108		108	
Контроль промежуточной аттестации	4		4	
Форма промежуточной аттестации			зачет	
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	144		144	

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками									
		Самостоятельная работа		Лекционные занятия		Семинарские/практические занятия		Лабораторные занятия		Иная контактная работа	
		Всего	<i>из них: в форме практической подготовки</i>	Всего	<i>из них: в форме практической подготовки</i>	Всего	<i>из них: в форме практической подготовки</i>	Всего	<i>из них: в форме практической подготовки</i>	Всего	<i>из них: в форме практической подготовки</i>
Модуль 1 (Семестр 1)											
Раздел 1. «Создание эффективных презентаций»	34	16	18	6				4		8	
Раздел 2. «Продвинутые методы обработки текстовых документов»	34	16	18	6				4		8	
Раздел 3. «Продукты компании 1С в профессиональной деятельности»	32	14	18	4				6		8	
Раздел 4. «Технологии цифровой экономики и открытые данные в профессиональной деятельности»	35	17	18	4				6		8	
Контроль промежуточной аттестации (час)	9										

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
		Самостоятельная работа	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Общий объем по модулю, часов	135	63	72	20			20		32	
Форма промежуточной аттестации	зачет									

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
		Самостоятельная работа	Лекционные занятия	из них: в форме практической	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической	Лабораторные занятия	из них: в форме практической	Иная контактная работа	из них: в форме практической
Модуль 1 (Курс 1 Сессии 3-4)										
Раздел 1. «Создание эффективных презентаций»	36	28	8	2				2		4
Раздел 2. «Продвинутые методы обработки текстовых документов»	36	28	8	2				2		4
Контроль промежуточной аттестации (час)										
Общий объем по модулю, часов	72	56	16	4				4		8

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической	Семинарские/	из них: в форме практической	Лабораторные занятия	из них: в форме практической	Иная контактная работа	из них: в форме практической
Форма промежуточной аттестации	-										
Модуль 1 (Курс 1 Сессии 3-4)											
Раздел 3. «Продукты компании 1С в профессиональной деятельности»	34	26	8	2					2		4
Раздел 4. «Технологии цифровой экономики и открытые данные в профессиональной деятельности»	34	26	8	2					2		4
Контроль промежуточной аттестации (час)	4										
Форма промежуточной аттестации	зачет										
Общий объем, часов по модулю	72	52	16	4					4		8
Общий объем, часов	144	108	32	8					8		16

РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся
--------------	-------	---

		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1. семестр 1							
Раздел 1. «Создание эффектных презентаций»	16	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	лаб. работа	2	Компьютерное тестирование
Раздел 2. «Продвинутые методы обработки текстовых документов»	16	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	лаб. работа	2	Компьютерное тестирование
Раздел 3. «Продукты компании 1С в профессиональной деятельности»	14	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	лаб. работа	2	Компьютерное тестирование
Раздел 4. «Технологии цифровой экономики и открытые данные в профессиональной деятельности»	17	9	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	лаб. работа	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по дисциплине (модулю), часов	63	33		22		8	

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1. (Сессия 3-4)							

Раздел 1. «Создание эффектных презентаций»	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	лаб. работа	2	Компьютерное тестирование
Раздел 2. «Продвинутое методы обработки текстовых документов»	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	лаб. работа	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по модулю/семестру, часов	56	28		24		4	
Модуль 2. (Сессия 3-4)							
Раздел 3. «Продукты компании 1С в профессиональной деятельности»	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	лаб. работа	2	Компьютерное тестирование
Раздел 4. «Технологии цифровой экономики и открытые данные в профессиональной деятельности»	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	лаб. работа	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по модулю/семестру, часов,	52	28	-	20		4	
Общий объем по дисциплине (модулю), часов	108	56	-	44		8	

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. «Создание эффективных презентаций»

Цель: развитие навыков эффективной, комфортной и безопасной работы в электронной среде в процессе обучения.

Перечень изучаемых элементов содержания

Дистанционное обучение. Функции систем дистанционного обучения. Классификация систем дистанционного обучения. Уровни дистанционного обучения. Виды технологий дистанционного обучения. Преимущества дистанционного обучения, Библиотечная деятельность. Библиотечные электронные системы. Научные электронные библиотеки. Российский индекс научного цитирования. Базы научного цитирования, Антивирусы. Информация как объект защиты. Понятие безопасности информационных систем. Основные методы и средства противодействия угрозам безопасности информационных систем. Назначение, классификация и состав информационных технологий защиты информации. Законодательство в сфере информационных технологий. Компьютерные вирусы. Методы защиты от вирусов, методы профилактики. Антивирусное программное обеспечение. Резервирование и архивация данных. Программы резервного копирования, программы-архиваторы. Поисковые системы. Технические, технологические и организационные основы построения глобальной сети Интернет.

Адресация в Интернет; основные службы Интернет. Поисковые системы. Основные способы поиска информации. Как работает поисковой индекс. Поисковый робот. Поисковая машина. Геоинформационные системы. Облачные сервисы. Организация совместной работы: сервисы Google. Web-службы в облаке. Обзор «облачных» архитектур. Infrastructure-as-a-Service (IaaS). Преимущества и риски, связанные с IaaS. Область применения IaaS. Software-as-a-Service (SaaS). Крупнейшие SaaS-решения. Преимущества и риски, связанные с SaaS. Область применения SaaS. Platform-as-a-Service (PaaS). SaaS. MaaS. Google Apps. Почта и обмен сообщениями. Календарь. Google Docs: Документы, Таблицы, Презентации, Формы. Совместный доступ. Настройка совместного доступа. Стартовая страница и редактор страниц. App Engine.

Вопросы для самоподготовки:

1. Преимущества и недостатки систем дистанционного обучения.
2. Кейс-технологии. TV-технологии. Сетевые технологии.
3. Библиотечные электронные системы.
4. Назначение, классификация и состав информационных технологий защиты информации.
5. Компьютерные вирусы.
6. Методы защиты от вирусов, методы профилактики.
7. Антивирусное программное обеспечение.
8. Сетевые модели «облачных» сервисов.
9. Infrastructure-as-a-Service (IaaS).
10. Software-as-a-Service (SaaS). Преимущества и риски, связанные с SaaS. Область применения SaaS.
11. Platform-as-a-Service (PaaS).
12. Платформа Windows Azure.
13. Облачные сервисы Microsoft
14. Облачные сервисы Google

Тема. 1.1. Создание презентаций.

Цель: Ознакомиться с технологиями создания презентаций.

Перечень изучаемых элементов содержания

Основные типы презентаций. Создание базовой презентации в PowerPoint. Приемы создания и обработки презентаций в среде приложения MS PowerPoint. Работа в программе в различных режимах (режимы обычный, сортировщик слайдов, показ слайдов, страницы заметок). Формирование слайдов с мультимедиа-объектами. Управление сменой слайдов. Эффекты анимации и управление ими.

Значение портфолио. Принципы наполнения портфолио. Эффективность устной презентации.

Вопросы для самоподготовки:

1. Функциональные возможности MS PowerPoint.
2. Режимы работы программы MS PowerPoint.
3. Методика проектирования презентаций.
4. Факторы эффективности устных выступлений.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1.

При изучении дисциплины предусмотрено выполнение практического задания, которое выполняется в форме лабораторной работы.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 1.

форма рубежного контроля – компьютерное тестирование

(??) Дистанционное обучение – это ...

(!) комплекс образовательных услуг, предоставляемых с помощью специализированной информационно-образовательной среды, базирующейся на средствах обмена учебной информацией на расстоянии

(?) целенаправленный педагогический процесс организации и стимулирования активной учебно-познавательной деятельности учащихся по овладению знаниями, умениями и навыками

(?) комплекс образовательных услуг

(?) форма организации процесса обучения, основным принципом которой является принцип свободы выбора

(??) По способу получения учебной информации различают?

(!) синхронные и асинхронные учебные системы

(?) технические и технологические учебные системы

(?) поисковые системы

(?) синхронные учебные системы

(??) Синхронные системы предполагают одновременное участие в процессе учебных занятий обучаемых и преподавателя. К таким системам относятся:

- (!)интерактивное телевидение, компьютерные телеконференции, видеоконференции, MUD, IRC, MOO
- (?)интерактивное телевидение, компьютерные телеконференции, видеоконференции, MUD
- (?)MUD, IRC, MOO
- (?)интерактивное телевидение, компьютерные телеконференции, видеоконференции
- (??)Преимущества дистанционного обучения
- (!)возможность обучаться в индивидуальном темпе
- (!)интерактивность
- (!)возможность проходить тестирование в режиме прямого доступа
- (!)свободный доступ учащихся к базам данных, библиотечным каталогам и другим информационным ресурсам

Выборка – 20 из 60

Время прохождения теста – 50 минут

Максимальное количество баллов за тест – 100

№ секции	Кол-во вопросов
2.1.	17
2.2.	3
Итого	20

Критерии оценивания

Количество баллов	<65	65>
Зачет	не зачтено	зачтено

Раздел 2. «Продвинутые методы обработки текстовых документов»

Цель: изучение методов автоматизации работы с типовыми документами.

Перечень изучаемых элементов содержания

Форма представления данных в компьютере. Форматы текстовых файлов. Способы кодирования текстовой информации. Правила набора текста и форматирования документа с учетом дальнейшего использования. Понятия «связывание» и «внедрение» объектов. Назначение режима «Главный документ». Использование шаблонов для работы с типовыми документами. Работа со стилями и списками. Сложное форматирование документов. Таблицы. Графические объекты. Формулы. Ссылки. Рассылки. Рецензирование.

Вопросы для самоподготовки:

1. Способы управления свойствами символов текста.
2. Способы управления свойствами абзацев.
3. Способы управления свойствами страницы.
4. Понятие раздела документа, его свойства.
5. Колонтитулы и способы их создания.
6. Списки и их виды.
7. Понятие «Стиль» и возможности этой функции текстового процессора.
8. Сноски, назначение и виды.
9. Назначение закладок.
10. Назначение и способы создания примечаний.
11. Способы ввода информации об авторе примечаний при их создании.
12. Назначение и способы создания перекрестных ссылок.
13. Таблицы и способы их создания в MS Word.
14. Понятие «поля» и способы их использования для выполнения вычислений в документе.
15. Назначение, виды и способы создания диаграмм в документе.
16. Способы создания формул в тексте документа.
17. Виды графических объектов, создаваемых средствами ТП MS Word и способы управления их свойствами.
18. Понятие «стиля», Способы создания и изменения стиля.
19. Технология OLE. Понятия «связывание» и «внедрение» объектов.
20. Создание связанных и внедренных объектов в текстовом документе.
21. Списки и способы их создания и форматирования.
22. Понятие «полей» (инструкций) и правила их формирования.
23. Правила набора текста с учетом дальнейшего использования при подготовке публикаций.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2.

При изучении дисциплины предусмотрено выполнение практического задания, которое выполняется в форме лабораторной работы.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 2.

форма рубежного контроля – компьютерное тестирование

- (?) Что такое презентация PowerPoint?
- (!) демонстрационный набор слайдов, подготовленных на компьютере
- (?) прикладная программа для обработки электронных таблиц
- (?) устройство компьютера, управляющее демонстрацией слайдов
- (?) текстовый документ, содержащий набор рисунков, фотографий, диаграмм
- (?) PowerPoint нужен для создания ...
- (?) таблиц с целью повышения эффективности вычисления формульных выражений
- (?) текстовых документов, содержащих графические объекты
- (?) Internet-страниц с целью обеспечения широкого доступа к имеющейся информации
- (?) Основные функции текстового редактора:
- (?) копирование, перемещение, уничтожение и сортировка фрагментов текста
- (!) создание, редактирование, сохранение и печать текстов
- (?) автоматическая обработка информации, представленной в текстовых файлах
- (?) Что такое курсор?
- (?) клавиша на клавиатуре
- (!) отметка на экране дисплея, указывающая позицию, в которой будет отображен вводимый с клавиатуры символ
- (?) наименьший элемент изображения на экране

Выборка – 20 из 60

Время прохождения теста – 50 минут

Максимальное количество баллов за тест – 100

№ секции	Кол-во вопросов
2.1.	17
2.2.	3
Итого	20

Критерии оценивания

Количество баллов	<65	65>
Зачет	не зачтено	зачтено

РАЗДЕЛ 3. «Продукты компании 1С в профессиональной деятельности»

Цель: знакомство с основными достижениями в области информационных систем, которые дают возможность существенно повысить эффективность профессиональной деятельности и создать принципиально новые направления развития.

Перечень изучаемых элементов содержания

Понятие информационной системы. Управление информационным ресурсом. Основные сектора программного обеспечения на рынке ИКТ. Методологии MRP, ERP, CSRP, функциональные приложения информационных систем CRM, PLM. Системы автоматизации бизнес-процессов. Информационные системы в медиаиндустрии, системы машинного перевода. Геоинформационные системы. Медицинские информационные системы. Программное обеспечение с закрытым кодом, лицензионный договор, условно-бесплатное программное обеспечение, виды лицензионных соглашений. Свободное программное обеспечение, концепция открытого кода.

Вопросы для самоподготовки:

1. «Аналитическая пирамиды» Gartner. Классы информационных систем. MRP, ERP, CSRP, CRM, PLM.
2. Системы корпоративного планирования и бюджетирования.
3. Системы консолидации финансовой отчетности.
4. Системы класса CRM.
5. BI-приложения. Примеры BI-приложений компании Oracle.
6. Системы прогностической аналитики.
7. Современные статистические системы: решения, ориентированные на программирование: R, MATLAB.
8. Современные статистические системы: решения, ориентированные на анализ данных: MS Excel, SAS, SPSS, Stata
9. Системы сбора и анализа онлайн-аналитической деятельности.
10. Геоинформационные системы.

11. Медицинские информационные системы.

Тема 3.1. « Информационные системы»

Цель: получить представление о платформе 1С и прикладных решениях, разработанных на ее основе, навыки работы с продуктами 1С для автоматизации деятельности организаций и частных лиц.

Перечень изучаемых элементов содержания

Продукты компании 1С в профессиональной деятельности. Программные решения 1С для учета. Отраслевые решения. Образование.

Знакомство с платформой 1С: Предприятие 8.3.: среда исполнения; среда разработки. Установка системы 1С: Предприятие. Запуск системы 1С: Предприятие. Общие принципы работы с продуктами 1С.

Как устроена «1 С: Бухгалтерия предприятия 8.3» (основные разделы, главное меню программы, главное меню документа). Принципы ведения учета в «1 С: Бухгалтерия предприятия» (субконто счета, автоматизированный и ручной ввод операций).

«1С: Управление фирмой»: управленческий учет, основные возможности решения.

Конфигуратор. Подсистемы, справочники, документы, регистры накопления и оборотные регистры, периодические регистры, отчеты, макеты, перечисления и проведение документов. Разработка конфигурации.

Интернет-решения 1С.

Вопросы для самоподготовки:

1. Продукты компании 1С в профессиональной деятельности. Отраслевые решения.
2. «1 С: Бухгалтерия предприятия 8.3»: основные разделы, главное меню программы, главное меню документа.
3. Принципы ведения учета в «1 С: Бухгалтерия предприятия»: субконто счета, автоматизированный и ручной ввод операций
4. «1С: Управление фирмой»: управленческий учет, основные возможности решения.
5. Справочники в «1С: Предприятии»: назначение
6. Информация о хозяйственных операциях: способы ввода и отображения. Журналы.
7. План счетов: назначение, создание.
8. Обработки: определение, назначение
9. Основное назначение регистров системы «1С: Предприятие»
10. Отчеты
11. Индивидуальные пользовательские интерфейсы и роли пользователей. Роли в системе «1С: Предприятие»
12. Демонстрационная информационная база
13. Окно запуска и режимы запуска программы «Управление небольшой фирмой»
14. Режим «1С: Предприятие»: назначение
15. Режим «Конфигуратор»: назначение

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 3

При изучении дисциплины предусмотрено выполнение практического задания, которое выполняется в форме лабораторной работы.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 3:

форма рубежного контроля – компьютерное тестирование

?? Что такое PLM

(?) Система управления отношениями с заказчиком

(!) Система управления жизненным циклом продукта

(?) Система сбора и обработки данных

(?) Система управления отношениями с поставщиками

(??) Основные функциональные возможности ERP системы

(!) Управление производством

(!) Сбытовое обеспечение

(!) Управление логистикой

(!) Частично документооборот

(??) Какие опции НЕ входят в ERP

(?) Модуль CRM

(?) Модуль HelpDesk

(?) Модуль учета рабочего времени

(!) MRP

(??) Обработка... (дополните данное определение)

- (?) Списки значений, задаваемые на этапе конфигурирования
- (?) Средство получения выходной информации
- (!) Используется для выполнения различных действий над информационной базой
- (?) Средств накопления оперативной информации о наличии и движении средств
- (??)Регистры ... (дополните данное определение)
- (?) Списки значений, задаваемые на этапе конфигурирования
- (?) Средство получения выходной информации
- (?) Используется для выполнения различных действий над информационной базой
- (!) Средств накопления оперативной информации о наличии и движении средств

Раздел 4. «Технологии цифровой экономики и открытые данные в профессиональной деятельности»

Цель: получить представление об основных технологиях цифровой экономики, научиться извлекать данные из открытых источников и визуализировать информацию.

Перечень изучаемых элементов содержания

Технологии цифровой экономики. Основные сквозные цифровые технологии и их влияние на традиционные сектора экономики. Искусственный интеллект. Концепция открытых данных. «Большие данные» (Big Data). Открытые источники информации. Извлечение данных из открытых источников интернета. Поисковые машины, ориентированные на данные. Парсинг. Юридические аспекты. Парсинг с помощью Python. Журналистика данных: направление, цель, история. Связь журналистики данных с информатикой, дизайном, статистикой. Теория цвета. Композиция слайдов. Инструменты для визуализации. Сторителлинг.

Вопросы для самоподготовки:

1. Ключевые цели национальной программы «Цифровая экономика Российской Федерации»
2. Основные задачи программы «Цифровая экономика Российской Федерации»
3. Основные сквозные цифровые технологии программы «Цифровая экономика Российской Федерации»
4. Технологии в области работы с данными: искусственный интеллект, туманные вычисления, квантовые технологии, суперкомпьютерные технологии, технологии идентификации, математическое моделирование, технологии блокчейна, нейронные сети, киберфизические системы (cps), 3d-технологии (печать) или «аддитивное производство», роботизация, технологии открытого производства, беспилотные технологии, биометрические технологии
5. Стратегической задачей государства в областях электронной торговли С2С, В2С, В2В
6. Взаимодействие бизнеса и государства в электронной форме (В2G) и Цифровая трансформация в сфере связи и телекоммуникаций.
7. Цифровая трансформация энергетики.
8. Веб-сайт как система электронных документов.
9. html-страницы и создание сайтов: инструменты, процесс.
10. Парсинг сайтов: юридические аспекты, законодательство и работа с информацией, инструменты.
11. Журналистика данных: цель, задачи, история.
12. Инфографика и визуализация. Сторителлинг: принципы, две стратегии.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 4

При изучении дисциплины предусмотрено выполнение практического задания, которое выполняется в форме лабораторной работы.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 4:

форма рубежного контроля – компьютерное тестирование

- (??)Журнал расчетов ... (дополните данное определение)
- (!) Средство проведения периодических расчетов и хранения результатов расчета прошлых периодов
- (?) Алгоритмы, по которым могут проводиться расчеты записей журналов расчета
- (?) Средство логического объединения видов расчета по тем или иным признакам
- (?) Средство построения графиков работы предприятия, внешних организаций или отдельных категорий работников
- (??)Основные задачи программы "Цифровая экономика":
- (!)Обеспечение технологического лидерства страны в условиях формирования глобального цифрового пространства
- (!)Формирование качественно новой структуры экономических активов
- (!)Формирование подходов к организации отрасли торговли, учитывающих достижения цифровой экономики
- (?)Добавить функцию распознавания изображений в вопросно-ответные функции для описания данных
- (??)Наука и технология создания интеллектуальных машин, особенно интеллектуальных компьютерных программ; свойство интеллектуальных систем выполнять творческие функции, которые традиционно считаются прерогативой человека - это:
- (!)Искусственный интеллект

- (?)Туманные вычисления
- (?)Суперкомпьютерные технологии
- (?)Квантовые технологии
- (??)Архитектура системного уровня для расширения облачных функций хранения, вычисления и сетевого взаимодействия - это:
- (?)Технологии идентификации
- (?)Квантовые технологии
- (!)Туманные вычисления
- (?)Сквозные технологии

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является **зачет**, который проводится в **устной** форме.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	Знать: понятие и классификация систем; - структуру и закономерности функционирования систем; - особенности системного подхода в научном познании; - понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах; - основные технологии поиска и сбора информации; - форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами; - виды и формы	Этап формирования знаний

		<p>работы с педагогической и научной литературой;</p> <ul style="list-style-type: none"> - требования к оформлению библиографии (списка литературы) 	
		<p>Уметь: работать с информацией, представленной в различной форме;</p> <ul style="list-style-type: none"> - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода; - обосновывать решение задач физической культуры с позиций системного подхода. 	Этап формирования умений
		<p>Владеть: работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета;</p> <ul style="list-style-type: none"> - использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование); - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности. 	Этап формирования навыков и получения опыта
УК – 4.	Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)	<p>Знать: - основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества;</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования 	Этап формирования знаний

		<p>лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения; - основные термины и понятия в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС.</p>	
		<p>Уметь: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта.</p>	
		<p>Владеть: - деловой коммуникацией, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта; - публичной речью (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - руководства работой спортивного актива; - организацией деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; - публичной защитой результатов собственных научных исследований.</p>	Этап формирования навыков и получения опыта
ОПК-16	Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности	<p>Знать: - классификацию современных информационных технологий; - особенности коммуникационных технологий в профессии педагога, тренера, организатора, руководителя; - правила эксплуатации информационно-коммуникационных технологий сферы ФК и спорта; - параметры и информационное обеспечение на различных спортивных объектах; коммуникационные устройства для лёгкой атлетики; для плавательных бассейнов; для конькобежного спорта, хоккея,</p>	Этап формирования знаний

		<p>фигурного катания, шорт-трека; для игровых видов спорта; для гребного, парусного, конного спорта, велотреков; для тира, стенда, стрельбища; для лыжного спорта; для спортсооружений инвалидов; - информационные требования к экипировке, спортивному инвентарю; - способы проверки наличия и качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря и оборудования с использованием информационных технологий.</p>	
		<p>Уметь: - разъяснять правила использования информационно-коммуникационных технологий в помещении спортивного сооружения и на его территории; - разрабатывать план модернизации оснащения спортивного зала, - использовать информационные данные характеризующий инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по базовым видам спорта; - выявлять неисправности информационно-коммуникационных технологий спортивных объектов и инвентаря; - использовать информационные образцы для проверки спортивных снарядов, инвентаря, оборудования по размерам, массе и иным нормируемым физическим характеристикам.</p>	Этап формирования умений
		<p>Имеет опыт - проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия с оснащением информационно-коммуникационных технологий; - участия на учебных занятиях и в судействе с использованием информации на основе коммуникационных технологий.</p>	Этап формирования навыков и получения опыта

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
-----------------	--------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------

<p>УК-1; УК-4; ОПК-16</p>	<p>Этап формирования знаний.</p>	<p>Теоретический блок вопросов.</p> <p>Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал</p>	<p>1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок: (9-10] баллов; 2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения: [8-9) баллов; 3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала: (6-8) баллов; 4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки: [0-6] баллов.</p>
--------------------------------------	----------------------------------	--	--

<p>УК-1; УК-4; ОПК-16</p>	<p>Этап формирования умений</p>	<p>Аналитическое задание (<i>задачи, ситуационные задания, кейсы, проблемные ситуации</i>)</p> <p>Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10] баллов;</p> <p>2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов;</p>
<p>УК-1; УК-4; ОПК-16</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта.</p>	<p>Аналитическое задание (<i>задачи, ситуационные задания, кейсы, проблемные ситуации</i>)</p> <p>Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.</p>	<p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов;</p> <p>4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6] баллов.</p>

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Теоретический блок вопросов:

1. Преимущества и недостатки систем дистанционного обучения.
2. Кейс-технологии. TV-технологии. Сетевые технологии.
3. Библиотечные электронные системы.
4. Назначение, классификация и состав информационных технологий защиты информации.
5. Компьютерные вирусы.
6. Методы защиты от вирусов, методы профилактики.
7. Антивирусное программное обеспечение.
8. Сетевые модели «облачных» сервисов.
9. Infrastructure-as-a-Service (IaaS).
10. Software-as-a-Service (SaaS). Преимущества и риски, связанные с SaaS. Область применения SaaS.

11. Platform-as-a-Service (PaaS).
12. Платформа Windows Azure.
13. Облачные сервисы Microsoft
14. Облачные сервисы Google
15. Определить понятие «Файловая система».
16. Раскрыть понятия «файл» и «папка».
17. Указать общие свойства и различия объектов «файл» и «папка».
18. Назвать свойства файлов.
19. Дать характеристику структуры файловой системы ОС MS Windows.
20. Охарактеризовать виды и особенности меню ОС MS Windows.
21. Охарактеризовать виды и особенности окон ОС MS Windows.
22. Назвать основные элементы интерфейса ОС MS Windows.
23. Информационные технологии автоматизированного проектирования
24. Программные средства информационных технологий
25. Технические средства информационных технологий
26. Этапы эволюции информационных технологий
27. CASE – технологии
28. Компьютерные сети. Основные понятия
29. Глобальные компьютерные сети
30. Локальные компьютерные сети
31. Инструментальные программные средства для создания экспертных систем
32. Информационно-справочные системы и информационно – поисковые технологии
33. Системы автоматизации документооборота и учета
34. Информационные сетевые технологии
35. Мультимедиа – технологии. Основные понятия
36. Экспертные системы. Основные понятия
37. Информационные технологии защиты информации
38. Информационные технологии в образовании
39. Телекоммуникационные технологии
40. Обзор современных систем автоматизированного бухгалтерского учета (САБУ)
41. Каналы связи и способы доступа в INTERNET
42. Структура INTERNET. Руководящие органы и стандарты INTERNET
43. Средства разработки Web – страниц
44. Современная компьютерная графика
45. Проблема защиты информации в сети INTERNET
46. Современные накопители информации, используемые в вычислительной технике
47. Техническое обеспечение компьютерных сетей
48. «Аналитическая пирамиды» Gartner. Классы информационных систем.
49. Транзакционные системы, хранилища и витрины данных, средства обнаружения знаний
50. Системы сбора и анализа онлайн-аналитической деятельности.
51. Информационные системы органов государственной статистики
52. Первые статистические пакеты. Обзор современных статистических систем.
53. Методология сбалансированных систем показателей (Balanced Scorecard, BSC). BSC-системы.
54. Нейросети и их обучение.
55. Применение анализа данных в маркетинге.
56. Примеры использования компьютерного зрения в промышленности, логистике, медицине и социальной сфере.
57. Информационные технологии в лингвистике. OCR-системы. Автоматическое реферирование и аннотирование.
58. Обработка текстов (NLP). Стемминг, лемматизация, токенизация. Стоп-слова.
59. Закон Ципфа. Машинный перевод.
60. VI-приложения. Примеры VI-приложений компании Oracle.
61. Системы статистического анализа данных.
62. Системы прогностической аналитики.
63. Экспертные системы поддержки принятия решений.
64. Архитектура современных информационно-поисковых систем. Информационные ресурсы и их представление.
65. Постановка задач обучения по прецедентам.
66. Объекты и признаки. Типы шкал: бинарные, номинальные, порядковые, количественные. Типы задач: классификация, регрессия, прогнозирование, кластеризация.
67. Примеры прикладных задач.
68. Основные понятия: модель алгоритмов, метод обучения, функция потерь и функционал качества, принцип минимизации эмпирического риска, обобщающая способность, скользящий контроль.
69. Методика экспериментального исследования и сравнения алгоритмов на модельных и реальных данных.

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата в Российском государственном социальном университете и Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

1. Гаврилов, М. В. Информатика и информационные технологии: учебник для вузов / М. В. Гаврилов, В. А. Климов. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 383 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00814-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/488708>
2. Трофимов, В. В. Информационные технологии в 2 т. Том 1 : учебник для вузов / В. В. Трофимов. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 238 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01935-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490721>
3. Трофимов, В. В. Информационные технологии в 2 т. Том 2 : учебник для вузов / В. В. Трофимов. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 390 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01937-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490722>

5.1.2. Дополнительная литература

1. Новожилов, О. П. Информатика в 2 ч. Часть 1 : учебник для вузов / О. П. Новожилов. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 320 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09964-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493962>.
2. Новожилов, О. П. Информатика в 2 ч. Часть 2 : учебник для вузов / О. П. Новожилов. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 302 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09966-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493963>.

3. Зимин, В. П. Информатика. Лабораторный практикум в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для вузов / В. П. Зимин. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 124 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11588-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490390>

4. Зимин, В. П. Информатика. Лабораторный практикум в 2 ч. Часть 2 : учебное пособие для вузов / В. П. Зимин. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 153 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11590-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492768>

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) «*Информатика и основы информационно-коммуникационных технологий*» предполагает изучение материалов дисциплины (модуля) на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций и лабораторных работ. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программой дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к лабораторному занятию

При подготовке и работе во время проведения лабораторных работ следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному лабораторному занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач лабораторной работы, техники безопасности при работе с компьютерами.

Работа во время проведения учебного лабораторного занятия включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач, ознакомление с правилами техники безопасности при работе в лаборатории;
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной учебной программой тематики.

Обработка, обобщение полученных результатов практической работы проводится обучающимися самостоятельно или под руководством преподавателя (в зависимости от степени сложности поставленных задач). В результате оформляется индивидуальный отчет. Подготовленная к сдаче на контроль и оценку работа сдается преподавателю. Форма отчетности может быть письменная, устная или две одновременно. Главным результатом в данном случае служит получение положительной оценки по каждой лабораторной работе/практическому занятию. Это является необходимым условием при проведении рубежного контроля и допуска к дифференцированному зачету. При получении неудовлетворительных результатов обучающийся имеет право в дополнительное время пересдать преподавателю работу до проведения промежуточной аттестации.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Более подробная информация о

самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы по дисциплине (модулю)», «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)».

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7
2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic
3. Справочная система Консультант+
4. Okular или Acrobat Reader DC
5. Ark или 7-zip
6. SKY DNS
7. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения дисциплины (модуля) «*Информатика и основы информационно-коммуникационных технологий*» в рамках реализации основной профессиональной

образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура* используются:

Учебная аудитория для занятий лекционного типа оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекционное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

По разделу «Продукты компании 1С в профессиональной деятельности» проводятся лабораторные занятия в **лаборатории РГСУ**, оснащенной специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекционное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), а также специализированным лабораторным оборудованием (приборы, компьютеры, системные блоки).

По разделу «Технологии цифровой экономики и открытые данные в профессиональной деятельности» проводятся лабораторные занятия в **лаборатории РГСУ**, оснащенной специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекционное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), а также специализированным лабораторным оборудованием (компьютеры, планшеты, мониторы).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть Интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

5.6 Образовательные технологии

При реализации дисциплины (модуля) *«Информатика и основы информационно-коммуникационных технологий (модуля)»* применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение дисциплины (модуля) *«Информатика и основы информационно-коммуникационных технологий (модуля)»* использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий в форме деловых и ролевых игр, разбора конкретных ситуаций в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития **профессиональных** навыков обучающихся.

При освоении дисциплины (модуля) *«Информатика и основы информационно-коммуникационных технологий (модуля)»* предусмотрено применением электронного обучения.

Учебные часы дисциплины (модуля) *«Информатика и основы информационно-коммуникационных технологий (модуля)»* предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках дисциплины (модуля) *«Информатика и основы информационно-коммуникационных технологий (модуля)»* предусмотрены встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых связана с *направленностью* реализуемой основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1	Утверждена и введена в действие решением Ученого Совета факультета информационных технологий на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. №940 и Приказом Министерства науки и высшего образования от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные образовательные стандарты высшего образования»	Протокол заседания Ученого совета факультета № 09 от «28» апреля 2022 года	01.09.2022



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«30» мая 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Социология (МОДУЛЯ)

Направление подготовки
«Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Социология (модуля)» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата 49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

- 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;
- 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;
- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»;
- 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»;
- 05.012 Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»

Рабочая программа дисциплины (модуля) разработана рабочей группой в составе: Танатовой Д.К., д-ра социол. н., проф., Юдиной Т.Н., д-ра социол. н., проф., Фомичевой Т.В., канд. социол.н., доц., Долгоруковой И.В., д-ра социол. н., проф., Киреева Е.Ю., канд. социол. наук

Руководитель основной профессиональной образовательной программы к.п.н., доцент

Петрова М. А.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (модуля) обсуждена и утверждена на Ученом совете факультета социологии. Протокол № 10 от «26» мая 2022 года (наименование факультета)

Декан факультета социологии
Д-р социол. наук, профессор

Танатова Дина Кабдуллиновна

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Блок 1 модуля) рекомендована к утверждению представителями организаций-работодателей

Заместитель генерального директора НАФИ,
Директор по исследованиям

Т.А. Аймалетдинов

IPSOS COMCON,
Старший директор по работе с клиентами

О.А. Горелова

Рабочая программа учебной дисциплины (Блок 1 модуля) рецензирована и рекомендована к утверждению:

Д-р, социол. наук, профессор
ГБОУ ВО Московской области
«Технологический университет»

Т.Ю. Кирилина

Канд социол, наук, доцент факультета
управления РГСУ

Ю.О. Сулягина

Согласовано
Научная библиотека, директор

И.Г. МАЛЯР

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы <i>бакалавриата</i>	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	4
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	6
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	6
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	7
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	13
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	13
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	15
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	22
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	22
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	23
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	24
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	25
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	27
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	28
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	28
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	28
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	29
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	30
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	31
5.6 Образовательные технологии	31
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	33

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель дисциплины (Блок 1 модуля) заключается в получении обучающимися теоретических знаний о социологии с последующим применением в тренерской, педагогической, организационно-методической деятельности и практических навыков (формирование) по социологии, развитию навыков самоорганизации и самообразования, толерантного восприятия социальных процессов и явлений.

Задачи дисциплины (модуля):

1. Усвоение знаний о социологии (в сфере расчетно-экономической, аналитической, научно-исследовательской и организационно-управленческой деятельности): концепции основных социологических парадигм и теорий; структуре социологии; социологическом подходе к изучению общества, его структурных образований; принципах комплексного применения методического аппарата и технологиях социологического исследования при анализе собственной профессиональной деятельности; основных понятиях социологии, источниках социальных проблем и возможных путях их разрешения;

2. Развитие навыков самоорганизации, самообразования, дисциплины.

3. Изучение системного социологического подхода к анализу общества, социальных явлений и процессов; выявлять массовые закономерности; составление программ социологических исследований, применение конкретных социологических методов в профессиональной деятельности исследователя социума;

4. Формирование представления о содержании, особенностях дисциплины «социология»

5. Углубление представления о работе с людьми в сфере социологии;

6. Овладение навыками формирования программы социологического исследования в предметном поле изучения социума, организации сбора и анализа социологических данных в специализированных исследованиях;

7. Обучение навыкам толерантного взаимодействия с различными группами и слоями населения, в трудовых коллективах, а также при возникновении проблемных и критических ситуаций на разных уровнях управления социальными процессами; комплексного использования теоретических и методических знаний для социологического анализа конкретных проблем и ситуаций профессиональной деятельности.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы бакалавриата

Дисциплина (модуль) «Социология (модуля)» реализуется в *обязательной* части основной образовательной программы по направлению подготовки «49.03.01 Физическая культура» очной, заочной формам обучения.

Изучение дисциплины (модуля) «Социология (модуля)» базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися ранее в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): «Философия(модуля)», «История (модуля)».

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной (модулем):

- Технологии самоорганизации и эффективного взаимодействия

- Иностранный язык

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной

программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: УК-3 в соответствии с основной профессиональной образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
Командная работа и лидерство	УК – 3.	Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК – 3.2. - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды; - планировать, организовывать и координировать работы в коллективе; - общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их; - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения и воспитания; - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу; - защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или	Знать: - функции и средства общения; - психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, этническим и религиозным признакам и др.); - источники, причины и способы управления конфликтами; - методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; - методы убеждения, аргументации своей позиции; - сущностные характеристики и типологию лидерства; - факторы эффективного лидерства. Уметь: - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды; - планировать, организовывать и координировать работы в коллективе; - общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их; - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения и воспитания; - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе,

			<p>неблагоприятных условиях; - использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий; - составить психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности; - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности; - применять технологии развития лидерских качеств и умений; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы.</p>	<p>поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу; - защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий; - составить психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности; - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности; - применять технологии развития лидерских качеств и умений; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы.</p> <p>Владеть: - решением образовательных и спортивных задач в составе команды.</p>
--	--	--	---	--

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		1			
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	36	36			
Учебные занятия лекционного типа	16	16			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					

Практические занятия	4	4			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Лабораторные занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Иная контактная работа	16	16			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Самостоятельная работа обучающихся	27	27			
Контроль промежуточной аттестации	9	9			
Форма промежуточной аттестации		зачет			
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	72	72			

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 1		Курс 2	
		Сессия 1-2	Сессия 3-4	Сессия 1-2	Сессия 3-4
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	18	18			
Учебные занятия лекционного типа	6	6			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Практические занятия	4	4			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Лабораторные занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Иная контактная работа	8	8			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Самостоятельная работа обучающихся	50	50			
Контроль промежуточной аттестации	4	4			
Форма промежуточной аттестации	зачет	зачет			
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	72	72			

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Лекционные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Семинарские/ практические занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Лабораторные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Иная контактная работа <i>из них: в форме практической подготовки</i>				
Модуль 1 (Семестр 1)										
Раздел 1. Теоретическая социология	31	13	18	8		2				8
Тема 1. Теоретико-методологические предпосылки становления социологии как науки. Развитие социологической мысли в России. Развитие классической социологии в Западной Европе. Развитие американской социологии. Современная социологическая теория: основные школы.	8	4	4	2						2
Тема 2. Объект и предмет социологии как науки. Место социологии в системе научного знания. Основные категории социологической науки. Функции и законы социологии	10	4	6	2		2				2
Тема 3. Социальная структура и ее элементы. Социальные институты современного общества. Социальные общности и социальные группы. Социальная стратификация, Социальная мобильность	6	2	4	2						2
Тема 4. Социологическое понимание личности. Ролевая теория личности. Социализация личности. Социальная установка: понятие, структура, функции.	7	3	4	2						2

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Социальная идентичность личности											
Общий объем по модулю (семестру), часов	31	13	18	8		2				8	
Раздел 2. Эмпирическая социология	32	14	18	8		2				8	
Тема 5. Виды и функции социологического исследования. Программа социологического исследования. Выборка в социологическом исследовании. Измерение в социологическом исследовании. Шкалы и индексы	8	2	6	2		2				2	
Тема 6. Количественные методы социологического исследования. Организационные методы социологического исследования. Эмпирические методы социологического исследования. Статистические методы анализа социологической информации. Методы интерпретации социологических данных	8	4	4	2						2	
Тема 7. Качественные методы социологического исследования. Тактики качественного исследования. Методы качественного исследования. Принципы и организация проведения качественных исследований. Анализ данных в качественных исследованиях	8	4	4	2						2	
Тема 8. Организация социологического исследования в социальной	8	4	4	2						2	

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками									
		Самостоятельная работа	Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
сфере Специфика социальной сферы как объекта социологического анализа. Проблематика социологических исследований социальной сферы. Применение мониторинговых методик в исследованиях социальной сферы. Организационно-технологические и управленческие аспекты прикладного социологического исследования социальной сферы											
Общий объем по (семестру), часов	32	14	18	8		2				8	
Контроль промежуточной аттестации (час)	9										
Общий объем по модулю, часов	72	27	36	16		4				16	
Форма промежуточной аттестации	зачет										

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической	Семинарские/	из них: в форме практической	Лабораторные занятия	из них: в форме практической	Иная контактная работа
Модуль 1 (Курс 1 Сессия 1-2)										
Раздел 1. Теоретическая социология	36	28	8	4		0				4
Тема 1. Теоретико-методологические предпосылки становления социологии как науки. Развитие социологической мысли в России. Развитие классической социологии в Западной Европе Развитие американской социологии. Современная социологическая теория: основные школы.	10	8	2							2
Тема 2. Объект и предмет социологии как науки. Место социологии в системе научного знания. Основные категории социологической науки. Функции и законы социологии	10	8	2							2
Тема 3. Социальная структура и ее элементы. Социальные институты современного общества. Социальные общности и социальные группы. Социальная стратификация, Социальная мобильность	8	6	2	2						
Тема 4. Социологическое понимание личности. Ролевая теория личности. Социализация личности. Социальная установка: понятие, структура, функции.	8	6	2	2		0				

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической		Семинарские/	из них: в форме практической		Лабораторные занятия	из них: в форме практической
Социальная идентичность личности											
Общий объем по модулю (семестру), часов	36	28	8	4		0					4
Раздел 2. Эмпирическая социология	32	22	10	2		4					4
Тема 5. Виды и функции социологического исследования. Программа социологического исследования. Выборка в социологическом исследовании. Измерение в социологическом исследовании. Шкалы и индексы	8	6	2								2
Тема 6. Количественные методы социологического исследования. Организационные методы социологического исследования. Эмпирические методы социологического исследования. Статистические методы анализа социологической информации. Методы интерпретации социологических данных	10	6	4	2		2					
Тема 7. Качественные методы социологического исследования. Тактики качественного исследования. Методы качественного исследования. Принципы и организация проведения качественных исследований. Анализ данных в качественных исследованиях	8	6	2								2

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической	Семинарские/	из них: в форме практической	Лабораторные занятия	из них: в форме практической	Иная контактная работа	из них: в форме практической
Тема 8. Организация социологического исследования в социальной сфере Специфика социальной сферы как объекта социологического анализа. Проблематика социологических исследований социальной сферы. Применение мониторинговых методик в исследованиях социальной сферы. Организационно-технологические и управленческие аспекты прикладного социологического исследования социальной сферы	6	4	2				2				
Контроль промежуточной аттестации (час)	4										
Общий объем по модулю, часов	72	50	18	6			4				8
Форма промежуточной аттестации	<i>зачет</i>										

РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся
--------------	-------	---

		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1. семестр 1							
Раздел 1. Теоретическая социология	15	7	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	реферат	2	Компьютерное тестирование
Раздел 2. Эмпирическая социология	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	контрольная работа	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по дисциплине (модулю), часов	27	13		10		4	

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1. (1 курс Сессия 1-2)							
Раздел 1. Теоретическая социология	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	реферат	2	Компьютерное тестирование
Раздел 2. Эмпирическая социология	22	12	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	8	контрольная работа	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по модулю/семестру, часов	50	26		20		4	

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. Теоретическая социология

Тема 1. Теоретико-методологические предпосылки становления социологии как науки. Развитие социологической мысли в России. Развитие классической социологии в Западной Европе. Развитие американской социологии. Современная социологическая теория: основные школы.

Цель: освятить предысторию развития социологии как науки. научить студентов применять в профессиональной деятельности базовые и профессионально-профилированные знания и навыки по истории социологической теории (УК-3).

Перечень изучаемых элементов содержания

Социально-политические концепции XVIII века. Становление и развитие социологии как самостоятельной науки. Возникновение и развитие частных общественных наук. Позитивизм как направление социологии XIX века, его основные постулаты. Социологический проект О. Конта. Закон 3-х стадий умственного развития человечества. Конт о критериях научности, о методах анализа общества и поведении людей. Начало специализированной социологической литературы в России: работы, опубликованные в конце 60-х - начале 70-х гг. XIX в. П.Л.Лавровым и Н.К.Михайловским. Российская социологическая мысль XIX - начала XX вв.

Направления русской социологической мысли: позитивистское течение (М.М. Ковалевский, Н.И. Кареев); консервативное (Н.Я. Данилевский); субъективистское (М.К. Михайловский, С.М. Южаков); социология народничества (М.А. Бакунин, П.А. Кропоткин, П.Л. Лавров); “легальный марксизм” (П.Б. Струве); неопозитивизм (П.А. Сорокин); марксистская социология (Г.В. Плеханов, В.И. Ленин). Социология в советский период. Возрождение социологии в России. Развитие классической социологии в Западной Европе. История американской социологии (четыре этапа): 1) институционализация– период с начала 90-х гг. XIX века до начала 20-х гг. XX века; 2) эмпирический этап; 3) формирование структурно-функционального направления; 4) критический этап американской социологии (с начала 60-х годов). Современные социологические теории и школы. Структурный функционализм Т. Парсонса. Теории обмена. Феноменологическая социология. От современной к постсовременной социологической теории. Структурализм. Структуралистский конструктивизм П. Бурдьё. Теория структурации А. Гидденса. Теория коммуникативного действия Ю. Хабермаса. Постмодернистская социология (Ж. Бодрийяр, З.Бауман). Теория самореферентных систем Н. Лумана. Постструктурализм как направление в философии и социально-гуманитарном познании 70-80-х гг. XXв. Постмодернистская социальная теория и социологическая теория. Социология в современной России: направления, школы, концепции.

Вопросы для самоподготовки:

1. Произведите анализ исторических предпосылок выделения социологии в отдельную научную дисциплину.
2. Раскройте содержание социально-политических концепций 18 века. Перечислите социально-экономические и политические условия появления мировой социологической науки.
3. Назовите основные этапы становления и особенности мировой социологии.
4. Произведите анализ исторических предпосылок появления социологии в России.
5. Раскройте содержание социально-политических концепций 18 века. Какие из них повлияли в большей степени на появление социологии в России?
6. Назовите основные этапы становления и особенности российской социологии.
7. Расскажите о научных течениях в рамках российской социологии.
8. Каких представителей классической социологии Вы знаете?
9. Выполните сравнительную характеристику концепций О. Конта и Г. Спенсера.
10. Произведите анализ теоретических трудов М. Вебера. Выявите основные черты его научных воззрений.
11. Назовите основных представителей современных социологических теорий.

Тема 2. Объект и предмет социологии как науки. Место социологии в системе научного знания. Основные категории социологической науки. Функции и законы социологии

Цель: Дать студентам представление об объекте, предмете социологии, основных категориях социологии (УК-3)

Перечень изучаемых элементов содержания

Объект и предмет социологии. Социология и ее соотношение с другими науками. Структура социологической науки как многоуровневый комплекс микро и макросоциологических теорий. Взаимосвязь теоретического и эмпирического в социологии. Теории среднего уровня: социология семьи, города, села, общественного мнения, социология науки, образования и культуры, морали и права и др. Функции социологии: теоретическая, информационная, критическая, прогностическая, управленческая. Понятие социологического закона. Основные законы и тенденции общественного развития. Социологический закон как выражение существенной, необходимой устойчивой, повторяющейся связи всех сторон и компонентов общественных явлений, процессов и систем, как наиболее общее выражение целостности жизнедеятельности людей во всех формах ее проявления. Классификация социологических законов. Категории социологии. Категориальный и понятийный аппарат как ступени познания социальной реальности, основы

социологического знания. Специфика социологических категорий, отражающих особенности объектов социальной реальности. Интегративный характер категорий социологии. Сущность понятия “социальное”.

Вопросы для самоподготовки:

1. Раскройте объект и предмет социологии. Покажите ее соотношение с другими науками. Какова структура социологической науки?
2. Какие основные категории социологии Вам известны?
3. Перечислите известные Вам социологические теории среднего уровня.
4. Расскажите о функциях и законах социологии.

Тема 3. Общество как система. Социальная стратификация и социальная мобильность. Социальная структура и ее элементы. Социальные институты современного общества. Социальные общности и социальные группы. Социальная стратификация, социальная мобильность.

Цель: Дать представление об обществе как целостной социокультурной системе, раскрыть социальную структуру общества, ее признаки и типологию. Раскрыть предпосылки социального неравенства, сущность социальной стратификации и социальной мобильности. (УК-3).

Перечень изучаемых элементов содержания

Общество как целостная социокультурная система, признаки общества, его социальная структура. Открытый и закрытый типы общества. Форма государственной власти как критерий типологизации общества: монархия, тирания, аристократия, олигархия, демократия. Традиционное, индустриальное, постиндустриальное общество. Основные функции общества как системы: экономическая, политическая, социальная и культурно-духовная. Системный подход к анализу общества. Социальная система как структурно-функциональная генетическая целостность. Комплексный подход и системно-функциональный анализ познания конкретного состояния социальной реальности как результата взаимодействия различных факторов. Многогранность и многообразие уровней социальных явлений. Концепция классово-структуры общества, понятие социальной стратификации, формы социальной стратификации (экономическая, политическая, профессиональная). Социальная мобильность, ее сущность, необходимость ее изучения. Формы и основные характеристики социальной мобильности: межгенерационная и внутривыпускная, горизонтальная, вертикальная, восходящая, нисходящая, индивидуальная, групповая, экономическая, политическая, профессиональная мобильности. Каналы вертикальной циркуляции. Связь мобильности и типа общества. Понятие “социальной группы” в социологии. Развитие теории социальных групп Э. Дюркгейма, Г. Тарда, Г. Зиммеля, Г. Гумпловича, П. Сорокина, Р. Мертона и др. Классификация малых социальных групп. Реальные социальные группы (элементарные и кумулятивные, формальные и неформальные, первичные и вторичные, большие и малые, ин-группы и аут-группы, референтные группы). Квазигруппы или мнимые группы, классификация: аудитория, толпа, социальные круги. Направления и методы исследования малых групп. Групповая динамика, бихевиоризм, социометрия. Социология коллективов. Понятие “коллектив” и основные виды коллективов. Структура коллектива, его основные элементы. Формальная и неформальная структура коллектива. Основные характеристики коллектива: групповое сознание, деятельность, сплоченность, организованность и т.д. Понятие и основные признаки социальных общностей. Типология социальных общностей. Основные социальные общности, проживающие в России. Институционализация и формирование социальных институтов. Роль социальных институтов в жизнедеятельности общества. Общие черты и признаки социальных институтов. Функции социальных институтов в социальной системе. Характеристика важнейших социальных институтов: семьи, экономики, политики, религии, образования и т.д. Дисфункции социальных институтов.

Вопросы для самоподготовки:

1. Дайте определение социальной структуры общества.
2. Расскажите о теориях социальной стратификации и социальной мобильности.
3. Опишите социальную общность и социальную группу.
4. Назовите признаки социального института.

Тема 4. Социологическое понимание личности. Ролевая теория личности. Социализация личности. Социальная установка: понятие, структура, функции. Социальная идентичность личности

Цель: Дать представление о структуре личности, раскрыть содержание понятия социального статуса. Раскрыть содержание ролевых теорий личности. Дать понятие социализации, девиации, социального контроля (УК-3).

Перечень изучаемых элементов содержания

Понятие “человек”, “индивид”, “личность” в гуманитарных науках. Соотношение природного и социального в становлении и развитии личности. Понятие социальной структуры личности. Социологические концепции личности:

ролевая теория личности, поведенческая концепция личности, диспозиционная концепция, психоаналитическая концепция З. Фрейда и др. Личность как деятельный субъект. Механизмы социальной деятельности и поведения. Потребности, интересы и ценностные ориентации личности. Личность как источник общественной жизни, ее реальный носитель. Личность как объект и субъект социальных отношений. Теория самоактуализации К. Роджерса, теория интенциональности Ш. Бюлера. Личность и ее деятельность в свете теории целеполагания. Социальный статус, социальная роль личности. Разновидности социальных статусов личности (формализованные, неформализованные, предписанные, достигаемые). Социальный престиж статуса. Иерархия статусов. Статусные коллизии (статусные несоответствия, статусные притязания). Ролевой конфликт. Сущность процесса социализации. Человек как объект социализации. Агенты социализации и институты социализации. Этапы социализации личности. Девиация. Социальный контроль, его формы. Девиантное поведение.

Вопросы для самоподготовки:

1. Что такое социальный статус? Какие их разновидности вам известны? Что такое социальная роль? Кто ввел понятие «ролевой набор»?
2. Раскройте содержание понятий «человек», «индивид», «личность». Как соотносится природное и социальное в становлении и развитии личности. Какие социологические концепции личности вам известны? Раскройте содержание теорий личности (ролевой, поведенческой, диспозиционной, психоаналитической).
3. Что представляют собой потребности, интересы и ценностные ориентации личности? Охарактеризуйте различные подходы к описанию структуры личности.
4. В чем заключается сущность социализации? Раскройте содержание понятий «социальная норма», «социальный контроль»? Что представляют собой социальные санкции, какова их сущность, классификация. Чем «девиант» отличается от «делинквента»? Знаете ли вы какие-либо формы девиантного поведения? Что такое «аномия»?

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1

Форма практического задания: реферат

Примерный перечень тем рефератов к разделу 1:

1. Научные течения в современной российской социологии
2. Основные социологические направления в России во второй половине XIX – начале XX в.
3. Преднаучный этап развития социологии в России.
4. Институционализация отечественной социологии после событий 1917г.
5. Американская социология
6. Объект и предмет социологии, ее соотношение с другими науками
1. Структура социологии. Теории среднего уровня в социологии
2. Функции социологии
3. Понятие «социальное»
4. Функции общества как системы
5. Коммуникация в социуме
6. Социальные институты в жизнедеятельности общества
7. Дисфункция социальных институтов
8. Понятие «социальная стратификация общества»
9. Концепция социальной мобильности общества
10. «Открытые» и «закрытые» типы обществ
11. Функции культурных ценностей
12. Социальная структура общества
13. Теории социального прогресса в социологии
14. Социальные движения и процессы
15. Процесс глобализации: сущность
16. Основные аспекты процесса глобализации
17. Глобальные проблемы: сущность, классификация
18. Революции и реформы: подходы к рассмотрению и анализу в социологии
19. Концепции классовой структуры общества
20. Социальный статус личности
21. Социальная роль личности
22. Соотношение понятий «индивид» и «личность».
23. Социологические концепции личности.
24. Интересы, потребности, ценности личности.
25. Структура личности в социологии.
26. Процесс социализации в социологии
27. Понятия «социальная норма», «социальный контроль»
28. «Девиантное» и «делинквентное» поведение.
29. Программа социологического исследования: сущность, структура, функции
30. Роль теории в социологическом исследовании.

31. Операциональная и концептуальная модели в социологическом исследовании.
32. Сущность социологического опроса.
33. Типология методов сбора информации в социологии.
34. Система методов сбора информации в социологии.
35. Шкалирование как метод измерения социальных характеристик
40. Типология количественных методов сбора информации в социологии.
41. Система количественных методов сбора информации в социологии.
42. Триангулярный подход в социологии
43. Типология качественных методов сбора информации в социологии.
44. Система качественных методов сбора информации в социологии.
45. Триангулярный подход в социологии
46. Типология социологических методов сбора информации в социальной сфере.
- 47 Система социологических методов сбора информации в социальной сфере
48. Детерминанты развития социальной сферы: социологический аспект
49. Система эмпирических показателей социальной сферы
50. Компоненты социальной сферы

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 1: форма рубежного контроля – компьютерное тестирование

Примерный перечень тестовых заданий

Модуль контрольного тестирования № 1 (по темам 1-8).

Вариант 1

Раздел 1

(??)Раздел 1. Социология как наука(??)

(??)1.1.Предпосылки социологии(??)

(??) 1.1.1. Теоретико-методологические предпосылки становления социологии как науки (??)

(??)С каким государством связано возникновение науки о праве?

(?) Древняя Греция

(?) Древний Египет

(!) Древний Рим

(?) Месопотамия

(??)Какие три великих открытия сыграли большую роль в появлении социологии как науки?

(?) первая целостная концепция эволюции живой природы, теория эволюции органического мира и космогоническая гипотеза;

(!) клеточной теории, закон сохранения и превращения энергии и эволюционная теория в биологии;

(?) закон сохранения и превращения энергии, механический эквивалент теплоты и теория циклического движения в обществе;

(?) учение о медленном и непрерывном изменении земной поверхности под влиянием постоянных геологических факторов, ламаркизм и второй принцип термодинамики.

(??)Кто из ученых считал, что "существует общий принцип развития для самых различных элементарных частей организма и что этим принципом развития является клеткообразование"?

(?) Д. Уотсон и У.Стаффорд

(?) Ж.Ламарк и Р.Майер

(!) Т.Шванн и Т.Шлейден

(?) Ч.Дарвин

(??)Кто изобрел паровую машину с цилиндром двойного действия.

(?) Майкл Фарадей

(?) Джеймс Джоуль

(!) Джеймс Уатт

(?) Генрих Герц

(??)Кто из ученых выдвинул "теорию катастроф":

(!) Ж.Кювье

(?) Ж.Лемарк

(?) И.Кант

(?) П.Лаплас

РАЗДЕЛ 2. Эмпирическая социология

Тема 5. Виды и функции социологического исследования. Программа социологического исследования. Выборка в социологическом исследовании. Измерение в социологическом исследовании. Шкалы и индексы.

Цель: Научить студентов применять в профессиональной деятельности базовые и профессионально-профилированные знания и навыки по основам социологической теории и методам социологического исследования. Раскрыть сущность, значение, структурные особенности построения исследовательской программы и закрепить практический навык в ее разработке и составлении рабочего плана исследования. Изучить методы сбора информации в социологии. Дать представление о генеральной и выборочной совокупности, измерении.

Перечень изучаемых элементов содержания

Прикладное социологическое исследование как совокупность и определенная последовательность исследовательских приемов. Типология социологических исследований по различным основаниям. Программа прикладного социологического исследования. Понятие программы социологического исследования. Программа как документ, содержащий концепцию исследовательского проекта, его методологические, методические, технические и организационные решения. Значение программы в социологическом исследовании. Требования к программе. Виды программ и их структура. Последовательность действий социолога при разработке программы. Методологический раздел программы. Анализ проблемной ситуации, формулировка проблемы, определение объекта и предмета исследования, цели и задач. Интерпретация понятий концепции исследования. Системный анализ объекта исследования. Выдвижение и формулировка гипотез. Процедурный (методический или процедурно-методический) раздел программы. Обоснование методов сбора эмпирической социологической информации, единиц инструментария и сценария их использования. Определение обследуемой совокупности единиц исследования. Обоснование характера и форм обработки и анализа полученной информации. Рабочий план исследования. Определение порядка сбора, обработки и анализа первичной социологической информации. Сетевой график исследовательских мероприятий с расчетами временных, финансовых, людских и других затрат. Пилотаж и проверка программных установок. Учет результатов пилотажного исследования при доработке программы. Измерение как процедура, при помощи которой свойства явления или процесса, рассматриваемые в ходе исследования как носители определенных отношений между ними и как таковые составляющие эмпирическую систему, отображаются в некоторую математическую систему с соответствующими отношениями между ее элементами. Понятие шкалы, или алгоритма, с помощью которого осуществляется измерение, и шкальных значений. Виды шкал: шкала наименований, порядковая (ранговая) шкала, интервальная (метрическая) шкала и другие. Индекс и этапы его конструирования: перевод понятия в индикаторы, перевод индикаторов в переменные, перевод переменных в индекс, оценка индекса. Обоснование надежности, обоснованности и точности измерения. Характеристика выборочного метода. Применение выборочного метода в социологических исследованиях. Основные нормативные требования к его использованию. Алгоритм построения выборки. Описание объекта исследования и генеральной совокупности. Основа выборки. Выделение единиц отбора и анализа. Выбор типа выборки. Обоснование объема выборки. Репрезентативность выборочного исследования. Понятие репрезентативности. Погрешность выборки. Случайные и систематические ошибки. Дисперсия как разброс отдельных значений признаков. Построение выводов об условиях экстраполяции результатов выборочного исследования на генеральную совокупность

Вопросы для самоподготовки:

1. Составьте примерную программу социологического исследования.
2. Назовите функции программы социологического исследования.
3. Перечислите требования, учитываемые при составлении программы.
4. Опишите основные методы сбора эмпирической информации в социологии.
5. Определите связь между источником информации и методом сбора данных.
6. Дайте характеристику основным источникам сбора информации в социологии.
7. Дайте определения генеральной и выборочной совокупности
8. Охарактеризуйте репрезентативность в социологическом исследовании

Тема 6. Количественные методы социологического исследования. Организационные методы социологического исследования. Эмпирические методы социологического исследования. Статистические методы анализа социологической информации. Методы интерпретации социологических данных

Цель: Научить студентов применять в профессиональной деятельности базовые и профессионально-профилированные знания и навыки по основам социологической теории и методам социологического исследования. Изучить количественные методы сбора информации в социологии. (УК-3).

Перечень изучаемых элементов содержания

Количественные методы сбора эмпирической информации. Количественные методы и специфика их применения в социологии. Недостатки и преимущества количественных методов. Типология организационных, эмпирических, статистических количественных исследований. Специфика эмпирических “количественных” данных. Специфика эмпирических “качественных” данных. Этапы социологического исследования, на которых применимы те или иные количественные методы.

Вопросы для самоподготовки:

1. Перечислите основные количественные методы сбора эмпирической информации в социологии.

2. Определите связь между источником информации и методом сбора данных.
3. Дайте характеристику основным источникам сбора информации в социологии.
4. Назовите этапы социологического исследования, на которых наиболее обосновано применение количественных методов
5. В каком виде предоставляются количественные данные по итогам исследования заказчику?

Тема 7. Качественные методы социологического исследования. Тактики качественного исследования. Методы качественного исследования. Принципы и организация проведения качественных исследований. Анализ данных в качественных исследованиях

Цель: Научить студентов применять в профессиональной деятельности базовые и профессионально-профилированные знания и навыки по основам социологической теории и методам социологического исследования. Изучить качественные методы сбора информации в социологии.

Перечень изучаемых элементов содержания

Качественные методы сбора эмпирической информации. Анализ данных в качественных исследованиях. Качественные методы также называются «мягкими». Развитие качественной методологии стало возможным благодаря микросоциологии, представленной такими направлениями, как символический интеракционизм (Г. Блумер, Дж. Мид), феноменологическая социология. Тактики качественных исследований. Методы качественных исследований. Общие черты, характерные для качественных методов. Принципы организации и проведения качественных исследований.

Вопросы для самоподготовки:

1. Перечислите основные качественные методы сбора эмпирической информации в социологии.
2. Перечислите основные тактики качественных исследований в социологии.
3. Определите связь между источником информации и методом сбора данных.
4. Дайте характеристику основным источникам сбора информации в социологии.
5. В каком виде предоставляются качественные данные по итогам исследования заказчику?
6. Назовите этапы социологического исследования, на которых наиболее обосновано применение качественных методов

Тема 8. Организация социологического исследования в социальной сфере. Специфика социальной сферы как объекта социологического анализа. Проблематика социологических исследований социальной сферы. Применение мониторинговых методик в исследованиях социальной сферы. Организационно-технологические управленческие аспекты прикладного социологического исследования социальной сферы

Цель: Научить студентов применять в профессиональной деятельности базовые и профессионально-профилированные знания и навыки по основам социологической теории и методам социологического исследования. Изучить социологические методы сбора информации для анализа социальной сферы.

Перечень изучаемых элементов содержания

Социологическое исследование в социальной сфере. Понятие «социальная сфера»: основные подходы. Функции социальной сферы. Социальное пространство. Социальное поле. Проблематика социологических исследований социальной сферы. Уровни организации социологических исследований социальной сферы: теоретический, конкретно-социологический и социоинженерный. Методы исследования социальной сферы. Мониторинг в исследованиях социальной сферы. Формирование программы и инструментария для социологического исследования социальной сферы.

Вопросы для самоподготовки:

1. Перечислите основные социологические методы сбора эмпирической информации для исследования социальной сферы.
2. Раскройте сущность мониторинга в социологии.
3. Определите связь между источником информации и методом сбора данных.
4. Дайте характеристику основным явлениям и процессам, подлежащим изучению в социальной сфере.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2

Форма практического задания: контрольная работа

Контрольная работа.

Тема: Портрет потенциального потребителя услуг по страхованию жизни

Цель: Выработать практические навыки у студентов решения проблем с помощью методов и средств социологии (УК-3).

Примерные темы контрольных работ:

1. Оценка потребительского спроса на предоставляемые образовательные услуги
2. Рынок образовательных услуг: тенденции и перспективы развития
3. Портрет потенциального потребителя услуг по страхованию жизни
4. Ресоциализация лиц с двигательными нарушениями средствами адаптивной физической культуры и спорта
5. Телевидение как социальный институт в социализации личности в современном обществе
6. Российские пенсионеры в трансформирующемся обществе: социальное положение и структурные характеристики группы
7. Трансформация социально-трудовых отношений на современных российских промышленных предприятиях
8. Интернет-реклама как социального института в современной России
9. Этническая толерантность студенческой молодежи г. Москвы
10. Трансформация института семьи и демографические процессы в современном российском обществе
11. Адаптация школьной молодежи к рынку труда в контексте социальных трансформаций современной России
12. Семейные ценности современной российской молодежи
13. Детская безнадзорность как социальная проблема современного российского общества
14. Межпоколенные отношения в современной российской семье
15. Наркотизация современной российской молодежи: дифференцированность наркотических практик
16. Нерегулируемая трудовая миграция в современной России
17. Пенсионное обеспечение пожилых граждан в условиях социальной модернизации России
18. Патронатная семья как институт социализации детей-сирот в современной России
19. Православное духовенство как социальная группа современного российского общества
20. Реклама семейного образа жизни в современном российском обществе
21. Образовательные приоритеты молодежи в современном российском обществе
22. Реклама как социокультурный фактор формирования ценностных ориентаций молодежи
23. Ценность здорового образа жизни студенческой молодежи в современном российском обществе
24. Общеобразовательная школа как агент социальной адаптации личности в современном российском обществе
25. Образовательные стратегии российской молодежи в современном российском обществе
26. Подростковая наркомания как форма девиантного поведения в современном российском обществе
27. Повседневная деятельность сельских работающих женщин
28. Профессиональная активность студенческой молодежи в условиях современного российского общества

Содержание контрольной работы:

Программой изучения курса для студентов очного отделения предусмотрена контрольная работа. Она носит методологический и методический характер, имеет целью формирование навыков составления программы социологического исследования и является обязательным элементом учебного процесса в ходе изучения дисциплины.

Выбор проблемной ситуации «содержательной темы» осуществляется самим студентом и согласуется с преподавателем, организующим групповые занятия, после лекций, прослушанных студентами на потоке. Критерии выбора: актуальность, новизна, практическая значимость.

После выбора проблемной ситуации начинается творческий процесс составления программы социологического исследования, аналогичный работе, осуществляемой в практической социологической службе.

Назначение первой части контрольной работы - закрепить знания методологической части программы социологического исследования.

Исходя из этого студент осуществляет в выбранном предметном поле:

- анализ проблемной ситуации;
- формулирование проблемы (основного противоречия);
- выделение объекта и предмета исследования;
- определение цели и задач;
- интерпретирование понятий концепции;
- предварительный системный анализ объекта исследования;
- выдвижение гипотез.

Назначение второй части контрольной работы - закрепить знания процедурной (методической) части программы социологического исследования.

Исходя из этого студент осуществляет в выбранном предметном поле и применительно к разработанной методологической части программы социологического исследования:

- аргументацию выбора метода и техники, единиц инструментария сбора первичной социологической информации (на примере метода опроса);
- проектирование опросного документа (с приложением его окончательного варианта к программе социологического исследования);
- подготовку «сценария» использования метода опроса;
- проектирование выборочной совокупности респондентов;

- обоснование «схем» сбора первичной социологической информации в «поле»;
- обоснование заказа на обработку первичной социологической информации;
- обоснование форм обобщения и представления («теоретической обработки») социологических данных;
- разработку рабочего плана социологического исследования (с приложением его окончательного варианта к программе социологического исследования).

Таким образом, с помощью контрольной работы составляется программа социологического исследования, которая может быть в дальнейшем использована при наличии заказчика и финансировании, а также в рамках сбора эмпирической информации для выпускной (дипломной) квалификационной работы.

Контрольная работа должна быть грамотно и аккуратно оформлена, а также напечатана на компьютере. На титульном листе каждой из них требуется указать изучаемый курс, тему контрольной работы, Ф.И.О. исполнителя (студента) и научного руководителя (преподавателя, ведущего семинарские занятия в группе), дату написания работы. Особое внимание в тексте необходимо уделить техническому и графическому оформлению единиц инструментария. Все листы каждой из контрольных работ должны быть пронумерованы (титульный лист не нумеруется, его номер пропускается) и сброшюрованы (прошиты).

Каждая контрольная работа, соответствующим образом оформленная и сопровождаемая бланками исследовательских документов, инструкциями по работе с ними, представляется на ведущую кафедру в течение текущего семестра, но не позднее, чем за десять дней до зачета по дисциплине.

Студенты, не выполнившие контрольную работу или получившие за нее неудовлетворительную оценку, к зачету не допускаются.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 2: форма рубежного контроля – компьютерное тестирование

(??)3.4.4. Организационно-технологические и управленческие аспекты прикладного социологического исследования социальной сферы

(??) Программа социологического исследования социальной сферы выполняет следующие функции:

- (!) методологическую
- (!) методическую
- (!) организационную
- (?) информационную

(??) При разработке программы исследования социальной сферы необходимо исходить из следующих требований:

- (!) обоснованность всех процедур исследования
- (!) нацеленность логического анализа на конечные результаты исследования и их практическую реализацию
- (!) четкость формулировок
- (!) опора на теоретические положения общей и отраслевой социологии
- (?) обязательное использование в исследовании как количественных, так и качественных методов сбора эмпирической информации

(??) Одним из наиболее эффективных методов исследования социальной сферы является

- (!) метод экспертных оценок
- (?) включенное наблюдение
- (?) контент-анализ

(??) В прикладных социологических исследованиях социальной сферы могут использоваться

- (?) только количественные методы сбора эмпирической информации
- (?) только качественные методы сбора эмпирической информации
- (!) как количественные, так и качественные методы сбора эмпирической информации

(??) При изучении проблем социальной сферы, могут использоваться следующие количественные методы:

- (?) только анализ статистики
- (?) только анкетный опрос
- (?) только формализованное интервью
- (?) ни один из перечисленных методов
- (!) все перечисленные методы

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является **зачет**, который проводится в **устной** форме.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
УК – 3.	Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	<p>Знать: - функции и средства общения; - психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, этническим и религиозным признакам и др.); - источники, причины и способы управления конфликтами; - методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; - методы убеждения, аргументации своей позиции; - существенные характеристики и типологию лидерства; - факторы эффективного лидерства.</p>	Этап формирования знаний
		<p>Уметь: - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды; - планировать, организовывать и координировать работы в коллективе; - общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их; - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения и воспитания; - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу; - защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-</p>	Этап формирования умений

		<p>исторический, деятельностный и развивающий; - составить психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности; - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности; - применять технологии развития лидерских качеств и умений; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы.</p>	
		<p>Владеть: - решением образовательных и спортивных задач в составе команды.</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
УК-3	Этап формирования знаний.	<p>Теоретический блок вопросов.</p> <p>Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал</p>	<p>1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок: (9-10] баллов;</p> <p>2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения: [8-9) баллов;</p> <p>3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильно формулировки, нарушает последовательность в</p>

			изложении программного материала: (6-8) баллов; 4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки: [0-6] баллов.
УК-3	Этап формирования умений	<p>Аналитическое задание (<i>задачи, ситуационные задания, кейсы, проблемные ситуации</i>)</p> <p>Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10] баллов;</p> <p>2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов;</p>
УК-3	Этап формирования навыков и получения опыта.	<p>Аналитическое задание (<i>задачи, ситуационные задания, кейсы, проблемные ситуации</i>)</p> <p>Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.</p>	<p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов;</p> <p>4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6] баллов.</p>

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Теоретический блок вопросов.

1. Становление и основные этапы развития социологии как науки
2. Социологический проект О. Конта.
3. Западная социология.
4. Развитие социологии в России.
5. Объект и предмет социологии, ее место в системе общественных наук.
6. Структура социологического знания.
7. Функции социологии.
8. Социологические законы: сущность, особенности и классификация.
9. Система основных понятий в социологии.
10. Социальные связи, взаимодействия и отношения.
11. Общество как целостная социокультурная система.
12. Социальная структура общества.
13. Социальная стратификация и социальная мобильность.
14. Социальные группы и общности.
15. Социальные институты и организации.
16. Социальные движения.
17. Гражданское общество и государство.
18. Личность как активный субъект жизнедеятельности.
19. Социальный статус и социальные роли личности.
20. Социализация личности, девиация и социальный контроль.
21. Культура: сущность, структура, формы.
22. Социальная коммуникация.
23. Социальные изменения, революции, реформы и социальный прогресс.
24. Социальная напряженность и социальный конфликт.
25. Формирование мировой системы и процессы глобализации.
26. Особенности, проблемы и возможные альтернативы развития российского общества.
27. Методы сбора информации в социологии.
28. Структура и функции эмпирического социологического исследования.
29. Количественные методы сбора эмпирической информации в социологии.
30. Качественные методы сбора эмпирической информации в социологии.
31. Социологический опрос, его виды, возможности и ограничения.
32. Метод наблюдения.
33. Социальный эксперимент.
34. Анализ документов как метод сбора вторичной информации.
35. Анкетирование и интервьюирование как виды опроса.
36. Социометрический метод изучения внутригрупповых отношений.
37. Традиционный анализ документов.
38. Контент-анализ документов.
39. Понятие документа в социологии, классификация документов.
40. Социологическое исследование, его сущность и функции.
41. Структура социологического исследования.
42. Виды социологических исследований.
43. Программа социологического исследования.
44. Методологическая часть программы исследования.
45. Методическая часть программы исследования.
46. Организационно-технические аспекты проведения исследования.
47. Социологическое исследование социальной сферы

Аналитическое задание (задачи, ситуационные задания, кейсы, проблемные ситуации и т.д.):

1. Определите социологическое исследование как алгоритм;
2. Сформируйте программу прикладного социологического исследования;
3. Определите структуру программы социологического исследования;
4. Сформируйте рабочий организационный план исследования;
5. Перечислите основные методы сбора эмпирической информации в социологии;
6. Назовите основные виды социологических исследований.
7. Перечислите основные количественные методы сбора эмпирической информации в социологии;
8. Сформируйте программу количественного социологического исследования.
9. Перечислите основные качественные методы сбора эмпирической информации в социологии;

10. Сформируйте программу качественного социологического исследования.
11. Перечислите основные социологические методы сбора эмпирической информации в социальной сфере;
12. Сформируйте программу социологического исследования в социальной сфере.
13. Сформируйте систему объективных и субъективных показателей для изучения уровня жизни населения
14. Каких представителей отечественной социологии Вы знаете?
15. С творчеством каких ученых связано восприятие российской социологии за рубежом?
16. Опишите объект и предмет социологии.
17. Расскажите о структуре социологического знания. Назовите теории среднего уровня в социологии.
18. Перечислите функции социологии.
19. Раскройте суть понятия «социальное»
20. Приведите примеры социальных институтов общества
21. Назовите признаки социальных институтов, дайте их общую характеристику
22. Раскройте суть концепций социальной стратификации и социальной мобильности; флуктуации; связь типа социальной мобильности и типа общества; «каналы вертикальной циркуляции» – «лифты» социальной мобильности
23. Опишите социальную связь как социальный контакт и как социальное взаимодействие
24. Назовите виды социальной стратификации
25. Дайте краткую характеристику понятию «социальный статус личности»; дайте краткую характеристику понятию «социальная роль личности».
26. Определите понятие «девиантное поведение»
27. Определите понятие «социализация»
28. Охарактеризуйте смысловое содержание понятий «индивид» и «личность». Назовите основные концепции структуры личности в социологии.
29. Перечислите показатели структурного анализа личности в социологии
30. Дайте краткую характеристику процессу социализации в социологии.
31. Назовите виды статусов в социологии.
32. Опишите социальные связи, их внутреннее строение
33. Опишите регуляцию социальной связи
34. Перечислите основные законы социологии, опишите их специфику
35. Какой вклад внесли российские социологи в развитие мировой социологии?
36. Произведите анализ исторических предпосылок выделения социологии в отдельную научную дисциплину.
37. Раскройте содержание социально-политических концепций 18 века. Перечислите социально-экономические и политические условия появления мировой социологической науки.
38. Назовите основные этапы становления и особенности российской социологии.
39. Расскажите о научных течениях в современной российской социологии.
40. Каких представителей классической социологии Вы знаете?
41. Выполните сравнительную характеристику концепций О. Конта и Г. Спенсера.
42. Произведите анализ теоретических трудов М. Вебера. Выявите основные черты его научных воззрений.
43. Назовите основных представителей современных социологических теорий.
44. Раскройте объект и предмет социологии. Покажите ее соотношение с другими науками. Какова структура социологической науки?
45. Какие основные категории социологии Вам известны?
46. Перечислите известные Вам социологические теории среднего уровня.
47. Раскройте суть теории социального действия. Определите типы социальных взаимодействий.

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата в Российском государственном социальном университете и Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

1. Брушкова, Л. А. Социология: учебник и практикум для вузов / Л. А. Брушкова. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 362 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00955-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489252>

2. Сирота, Н. М. Социология: учебное пособие для вузов / Н. М. Сирота, С. А. Сидоров. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 128 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08923-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492367>

5.1.2. Дополнительная литература

1. Зерчанинова, Т. Е. Социология: учебник для вузов / Т. Е. Зерчанинова, Е. С. Баразгова. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 202 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04697-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491050>

2. Кухарчук, Д. В. Социология: учебник и практикум для вузов / Д. В. Кухарчук. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 321 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02706-8. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490030>

3. Плаксин, В. Н. Социология: учебник и практикум для вузов / В. Н. Плаксин. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 313 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-8518-4. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490674>

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных	http://biblioclub.ru/

		пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	
2.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) «Социология» предполагает изучение материалов дисциплины (модуля) на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций и практических занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программой дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

– консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач,

– самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной учебной программой тематики.

Обработка, обобщение полученных результатов практической работы проводится обучающимися самостоятельно или под руководством преподавателя (в зависимости от степени сложности поставленных задач). В результате оформляется индивидуальный отчет. Подготовленная к сдаче на контроль и оценку работа сдается преподавателю. Форма отчетности может быть письменная, устная или две одновременно. Главным результатом в данном случае служит получение положительной оценки по каждой лабораторной работе/практическому занятию. Это является необходимым условием при проведении рубежного контроля и допуска к зачету. При получении неудовлетворительных результатов обучающийся имеет право в дополнительное время пересдать преподавателю работу до проведения промежуточной аттестации.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Более подробная информация о самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы по дисциплине (модулю)», «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)».

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.
- 4.

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7
2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic
3. Справочная система Консультант+
4. Okular или Acrobat Reader DC
5. Ark или 7-zip
6. SKY DNS
7. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения дисциплины (модуля) «Социология» в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура* используются:

Учебная аудитория для занятий лекционного типа оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

Учебная аудитория для занятий семинарского типа: оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть Интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

5.6 Образовательные технологии

При реализации дисциплины (модуля) «Социология (модуля)» применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение дисциплины (модуля) «Социология (модуля)» использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий в форме деловых и ролевых игр, разбора конкретных ситуаций в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития **профессиональных** навыков обучающихся.

При освоении дисциплины (модуля) «*Социология (модуля)*» предусмотрено применением электронного обучения.

Учебные часы дисциплины (модуля) «*Социология (модуля)*» предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках дисциплины (модуля) «*Социология (модуля)*» предусмотрены встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых связана с *направленностью* реализуемой основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1	Утверждена и введена в действие решением Ученого Совета факультета социологии на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от от 19.09.2017 г. №940 и Приказом Министерства науки и высшего образования от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные образовательные стандарты высшего образования»	Протокол заседания Ученого совета факультета 10 от «26» мая 2022 года	01.09.2022



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«03» июня 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Проектная деятельность (МОДУЛЯ)

Направление подготовки
«Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Проектная деятельность (модуля)» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата 49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

- 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;
- 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;
- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»;
- 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»;
- 05.012 Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»

Рабочая программа дисциплины (модуля) разработана рабочей группой в составе: доктор педагогических наук, профессор факультета физической культуры РГСУ Карпов В. Ю., кандидат педагогических наук, доцент факультета физической культуры РГСУ Бакулина Е.Д.

Руководитель основной
профессиональной
образовательной программы
к.п.н., доцент

Петрова М. А.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Блок 1 модуля) обсуждена и утверждена на Ученом совете факультета физической культуры. Протокол № 10 от «01» июня 2022 года
(наименование факультета)

Декан факультета физической
культуры, доктор
педагогических наук, доцент

Махов Александр Сергеевич

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (модуля) рекомендована к утверждению представителями организаций-работодателей *(при совместной разработке или разработке по заказу)*:

Автономная некоммерческая организация
«Профессиональный клуб женской гимнастики
«Олимпия»,
Президент, тренер-преподаватель по спорту

Л.Н. Ступаченко

(подпись)

Рабочая программа учебной дисциплины рецензирована и рекомендована к утверждению:

Кандидат педагогических наук, доцент
кафедры безопасности жизнедеятельности и
адаптивной физической культуры Шуйского
филиала ИвГУ

Е. А. Осокина

(подпись)

Кандидат педагогических наук, доцент,
доцент факультета физической культуры
РГСУ

Е. Н. Латушкина

(подпись)

Согласовано
Научная библиотека, директор

И.Г. Маляр

(подпись)

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы <i>бакалавриата</i>	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	4
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	30
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	30
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	31
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	37
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	37
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	41
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	50
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	50
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	50
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	70
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	71
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	74
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	74
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	74
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	75
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	75
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	76
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	77
5.6 Образовательные технологии	77
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	78

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель дисциплины (модуля) заключается в получении обучающимися теоретических знаний о теории проектного управления, основах современной концепций управления проектами, жизненном цикле, организационной структуре, ресурсах и ограничениях проектной деятельности, о методологии управления проектами, в том числе принципах, целях и задачах проектного управления, подходах, моделях и стандартах управления проектами с последующим применением полученных знаний и практических навыков в тренерской, педагогической, организационно-методической деятельности.

Задачи дисциплины (модуля):

1. Изучение студентами основных положений управления проектами, особенностей организационной структуры компаний, использующих корпоративные системы управления проектами, ключевые взаимосвязи целей, задач, стратегии организации и ее проектной деятельности, понятие, фазы и модели жизненного цикла проекта, параметры выбора оптимальных альтернатив при осуществлении проектной деятельности в интересах достижения целей организации;

2. Овладение студентами умениями применять на практике теоретические положения анализа ресурсов и ограничений проектной деятельности, в том числе проводить мониторинг внешней и внутренней среды проекта, осуществлять планирование состава участников проекта согласно целям и задачам проектной деятельности.

3. Привитие студентам способности разработки методологических основ проектной деятельности в современных компаниях: определение круга задач в рамках поставленной цели и выбор оптимальных способов их решения.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы бакалавриата

Дисциплина (модуль) «*Проектная деятельность (модуля)*» реализуется в *обязательной* части основной образовательной программы по направлению подготовки «*49.03.01 Физическая культура*» очной, заочной формам обучения.

Изучение дисциплины (модуля) «*Проектная деятельность (модуля)*» базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися ранее в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): «*Технологии самоорганизации и эффективного взаимодействия(модуля)*», «*Иностранный язык (модуля)*».

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной (модулем):

- *Физиология человека*

- *Технологии спортивной тренировки в легкой атлетике*

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: УК-1; УК-2; УК-3; ОПК-1; ОПК-3; ОПК-9; ОПК-11; ОПК-15; ПК-1, в соответствии с основной

профессиональной образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура*.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
Системное и критическое мышление	УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	УК-1.2. - работать с информацией, представленной в различной форме; - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода; - обосновывать решение задач физической культуры с позиций системного подхода.	<p>Знать: - понятие и классификация систем; - структуру и закономерности функционирования систем; - особенности системного подхода в научном познании; - понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах; - основные технологии поиска и сбора информации; - форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами; - виды и формы работы с педагогической и научной литературой; - требования к оформлению библиографии (списка литературы)</p> <p>Уметь: - работать с информацией, представленной в различной форме; -</p>

				<p>обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода; - обосновывать решение задач физической культуры с позиций системного подхода.</p> <p>Владеть опытом: - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование); - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности.</p>
Разработка и реализация проектов	УК-2.	Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющих	УК – 2.2. формулировать перечень взаимосвязанных задач, обеспечивающих достижение поставленной цели; - определять ожидаемые результаты решения задач; - разрабатывать различные виды планов по реализации	Знать: - требования и принципы целеполагания;- принципы и методы планирования;- виды и содержание планирования в физической культуре и спорте;- методы организации и управления в области физической культуры и спорта, применяемые на федеральном и региональном уровнях - основы планирования, бюджетирования и

		<p>ресурсов и ограничений</p>	<p>программ в области физической культуры и спорта; - осуществлять планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом его целей и задач физкультурно-спортивной организации; - проводить анализ планов с позиций правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; - проводить оценку ресурсного обеспечения спортивного, физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом.</p>	<p>порядок финансирования деятельности физкультурно-спортивной организации соответствующей организационно-правовой формы и формы собственности; - количественные показатели физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы; - конституцию РФ, свои гражданские права и обязанности, законы РФ и нормативные документы в области физической культуры и спорта и образования.</p> <p>Уметь: - формулировать перечень взаимосвязанных задач, обеспечивающих достижение поставленной цели; - определять ожидаемые результаты решения задач; - разрабатывать различные виды планов по реализации программ в области физической культуры и спорта; - осуществлять планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом его целей и задач физкультурно-спортивной организации; - проводить анализ планов с позиций правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; - проводить оценку ресурсного обеспечения спортивного, физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом.</p> <p>Владеть опытом: - планирования и реализации циклов занятий различной продолжительности избранному виду спорта; - планирования спортивных,</p>
--	--	-------------------------------	---	---

				<p>физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - планирования и проведения научного исследования по определению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта.</p>
<p>Командная работа и лидерство</p>	<p>УК – 3.</p>	<p>Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде</p>	<p>УК - 3.2. - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды; - планировать, организовывать и координировать работы в коллективе; - общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их; - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения и воспитания; - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу; - защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-</p>	<p>УК - 3.1. Знает: - функции и средства общения; - психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, этническим и религиозным признакам и др.); - источники, причины и способы управления конфликтами; - методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; - методы убеждения, аргументации своей позиции; - существенные характеристики и типологию лидерства; - факторы эффективного лидерства.</p> <p>УК - 3.2. Умеет: - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды; - планировать, организовывать и координировать работы в коллективе; - общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их; - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения и воспитания; - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в</p>

			<p>исторический, деятельностный и развивающий; - составить психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности; - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности; - применять технологии развития лидерских качеств и умений; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы.</p>	<p>коллективе деловую, дружелюбную атмосферу; - защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий; - составить психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности; - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности; - применять технологии развития лидерских качеств и умений; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы. УК-3.3. Имеет опыт: - решения образовательных и спортивных задач в составе команды.</p>
Планирование	ОПК-1	<p>Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>ОПК-1.2. дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастано-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и</p>	<p>Знать: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения, - влияние нагрузок различной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов</p>

			<p>уровнем физической работоспособности; – учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом;</p> <p>- повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом;</p> <p>- планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта;</p> <p>- планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой;</p> <p>- определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени;</p> <p>- ставить различные виды задач и организовывать их решение, подбирать методику проведения на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;</p> <p>- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы,</p>	<p>движений человека; – возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом;</p> <p>- физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте;</p> <p>- физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе;</p> <p>- физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;</p> <p>- анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств;</p> <p>- психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации;</p> <p>- основные понятия возрастной психологии, – положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;</p> <p>- целевые результаты и параметры применяемых нагрузок;</p> <p>- структуру построения занятий, формы и способы планирования;</p> <p>- документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах;</p> <p>- организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту;</p> <p>- терминологию,</p>
--	--	--	---	--

			<p>средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>	<p>классификацию, принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и способы оценки результатов обучения; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;- средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки.</p> <p>Уметь: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-</p>
--	--	--	---	---

				<p>воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение, подбирать методику проведения на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p> <p>Владеть опытом: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей</p>
--	--	--	--	---

				<p>морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>
Обучение и развитие	ОПК – 3.	Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному	ОПК 3 – 2. Умеет: - применять средства, методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей	Знать: - историю и современное состояние базовых видов спорта, место и их значение в физической культуре, науке и образовании, воспитательные возможности видов спорта, терминологию, средства и виды: гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; -

		<p>обучению и физической подготовке</p>	<p>учебного заведения, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств гимнастики, легкой атлетки, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений, легкоатлетических упражнений, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; - контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики, легкой атлетки, спортивных</p>	<p>основы обучения гимнастическим упражнениям; - основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетки (бега на короткие, средние и длинные дистанции, прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту с разбега, толкания ядра, метания малого мяча (гранаты)); - методики обучения технике легкоатлетических упражнений; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой, лыжного спорта, плавания, подвижными и спортивными играми; - правила и организацию соревнований в легкой атлетике, в лыжном спорте, в плавании, по подвижным и спортивным играм; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетки, лыжного спорта, гимнастики, плавания, подвижных и спортивных игр; - основы техники и методики способов передвижения на лыжах; методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях лыжной подготовкой, лыжного спорта, гимнастики, плавания, подвижных и спортивных игр; - основы техники способов плавания и прикладного плавания; - методики обучения способам плавания; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной</p>
--	--	---	--	---

			<p>и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; возрастных особенностей занимающихся в зависимости от поставленных задач; - распределять на протяжении занятия средства гимнастики, легкой атлетики, оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и определять ошибки в технике и исправлять их; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке, - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - анализировать эффективность проведения занятий</p>	<p>деятельности; - основы обучения спортивным и подвижным играм; - терминологию спортивных и подвижных игр; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся. Уметь: - применять средства, методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения, возрастных особенностей занимающихся в зависимости от поставленных задач; - распределять на протяжении занятия средства гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - организовывать (строить,</p>
--	--	--	--	--

		<p>по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям.</p>	<p>перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений, легкоатлетических упражнений, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; - контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; - оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и определять ошибки в технике и исправлять их; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке, - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - анализировать эффективность</p>
--	--	--	---

				<p>проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям. Владеть опытом: - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - владения техникой обще-подготовительных, специально-подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений; - владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов передвижения на лыжах на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания; - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - участия в судействе соревнования по легкой атлетике, плаванию, лыжной подготовке; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и</p>
--	--	--	--	--

				<p>спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.
Контроль и анализ	ОПК – 9.	<p>Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p>ОПК-9.2.</p> <ul style="list-style-type: none"> - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; - оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных 	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения

			<p>физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; -</p>	<p>занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p> <p>Уметь: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели</p>
--	--	--	--	---

			<p>использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабиллометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, мионометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилберга-Ханина, методика Шмишека-</p>	<p>физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; - оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля</p>
--	--	--	--	--

			<p>Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС.</p>	<p>при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабиллометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, РWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина,</p>
--	--	--	---	---

				<p>методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС. Владеть опытом - проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализа и интерпретации результатов</p>
--	--	--	--	--

				педагогического контроля в ИВС.
Научные исследования	ОПК-11	Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности	ОПК-11.2 - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - использовать научную терминологию; - классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования; - актуализировать проблематику научного исследования; - анализировать и оценивать эффективность процесса спортивной подготовки в ИВС; физкультурно-оздоровительной деятельности; организационно-управленческого процесса в ФСО; (в зависимости от направленности ОПОП) - определять задачи научного исследования; - анализировать инновационные методики; - определять задачи научного исследования в ИВС, разрабатывать и формулировать гипотезу; - подбирать	Знать: - роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планировании, контроля, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий), контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств; - направления научных исследований в области физической культуры и спорта, вида спорта; - тенденции развития физической культуры и спорта; - направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта; - методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-методологические установки) в исследовании физической культуры; - методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования; - основные источники получения информации в сфере физической культуры и спорта. - научную терминологию, принципы, средства и методы научного исследования; ОПК-11.2. Умеет: - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления

			<p>и использовать методы исследования в ИВС; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилOMETрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности.</p>	<p>тренировочного и образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - использовать научную терминологию; - классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования; - актуализировать проблематику научного исследования; - анализировать и оценивать эффективность процесса спортивной подготовки в ИВС; физкультурно-оздоровительной деятельности; организационно-управленческого процесса в ФСО; (в зависимости от направленности ОПОП) - определять задачи научного исследования; - анализировать инновационные методики; - определять задачи научного исследования в ИВС, разрабатывать и формулировать гипотезу; - подбирать и использовать методы исследования в ИВС; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, акселерометрию, динамометрию, стабилOMETрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности;</p>
--	--	--	---	---

				Владеть опытом - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с направленностью образовательной программы; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.
Материально-техническое обеспечение	ОПК – 15.	Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий	ОПК-15.2. - разъяснять правила поведения в помещении спортивного сооружения и на его территории; - разрабатывать план модернизации оснащения спортивного зала, выбирать оборудование; - использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по базовым видам спорта; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - использовать шаблоны и образцы для проверки спортивных снарядов, инвентаря, оборудования по размерам, массе и иным нормируемым	Знать: - историю строительства спортивных сооружений; - классификацию спортивных сооружений; - особенности спортивных сооружений для различных видов спорта; - состав спортивных сооружений, их габариты, разметку, пропускную способность; - правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; - параметры и оборудование различных спортивных объектов; - расположение зрительских мест на трибунах; - расположение помещений и устройства для судей и прессы; - устройство и классификации сооружений для лёгкой атлетики; для плавательных бассейнов; для конькобежного спорта, хоккея, фигурного катания, шорт-трека; для игровых видов спорта; для

		<p>физическим характеристикам.</p>	<p>гребного, парусного, конного спорта, велотреков; для тира, стенда, стрельбища; для лыжного спорта; для спортсооружений инвалидов; - требования к экипировке, спортивному инвентарю; - способы проверки наличия и качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря и оборудования.</p> <p>Уметь: - разъяснять правила поведения в помещении спортивного сооружения и на его территории; - разрабатывать план модернизации оснащения спортивного зала, выбирать оборудование; - использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по базовым видам спорта; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - использовать шаблоны и образцы для проверки спортивных снарядов, инвентаря, оборудования по размерам, массе и иным нормируемым физическим характеристикам.</p> <p>Владеть опытом - проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия с использованием инвентаря и оборудования; - участия в судействе соревнований; - составления плана материально-технического обеспечения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; - проведения разъяснительной беседы по бережному отношению к имуществу, правилам поведения на спортивном сооружении, правилам</p>
--	--	------------------------------------	---

				использования оборудования и инвентаря.
Разработка и реализация программ спортивной подготовки	ПК-1	Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки	ПК-1.2.: использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся, вести первичную учетно-отчетную документацию по реализации программ спортивной подготовки в электронном и бумажном виде, выявлять проблемы в организации спортивной работы, предложить мероприятия по совершенствованию подготовки, использовать методы календарного планирования, использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности.	Знать: Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта(правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями); методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние, санитарно-гигиенические требования к организациям дополнительного образования, дошкольным, общеобразовательным, профессиональным образовательным организациям, организациям высшего и дополнительного профессионального образования, осуществляющим образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки, подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), медицинские, возрастные

				<p>и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на тренировочном этапе, методика преподавания, основы биомеханики, физиологии и гигиены спорта, режимы тренировочной работы, предельные тренировочные нагрузки, объем индивидуальной спортивной подготовки, методики контроля и оценки физической подготовленности обучающихся, методы планирования тренировочного процесса, современные методы тренировочной работы, порядок составления и ведения учетно-отчетной документации, нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией, основы работы с персональным компьютером, с электронной почтой, текстовыми редакторами, электронными таблицами и браузерами, правила внутреннего трудового распорядка, этические нормы в области спорта, правила охраны труда и пожарной безопасности.</p> <p>Уметь: использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся, вести первичную учетно-отчетную документацию по реализации программ спортивной подготовки в электронном и бумажном виде, выявлять проблемы в организации спортивной работы, предложить мероприятия по совершенствованию подготовки, использовать методы календарного планирования, использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы,</p>
--	--	--	--	---

				<p>электронную почту, в своей деятельности.</p> <p>Владеть опытом: Календарно-тематическим планированием и составлением расписания занятий по реализации программ на этапах спортивной подготовки в соответствии с локальными актами, целями и задачами физкультурно-спортивной организации, Организацией прохождения обучающимися контрольных процедур с целью с целью выполнения ими контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, установленных образовательными программами, разработка комплексной программы подготовки спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям по соответствующему направлению в работе, разработкой комплексных и индивидуальных планов подготовки спортсменов (команды) согласно утвержденным планам проведения спортивных мероприятий, систематическим учетом, анализом, обобщением результатов работы, в том числе с использованием электронных форм, оценка эффективности подготовки обучающихся с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности, внедрением современных методик подготовки обучающихся по программам этапа спортивной подготовки, внесением коррективы в дальнейшую подготовку обучающихся.</p>
--	--	--	--	---

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 10 зачетных единиц.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры				
		3	4	5	6	7
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	180	36	36	36	36	36
Учебные занятия лекционного типа						
<i>из них: в форме практической подготовки</i>						
Практические занятия	4	4				
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	4	4				
Лабораторные занятия						
<i>из них: в форме практической подготовки</i>						
Иная контактная работа	176	32	36	36	36	36
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	176	36	36	36	36	36
Самостоятельная работа обучающихся	135	27	27	27	27	27
Контроль промежуточной аттестации	45	9	9	9	9	9
Форма промежуточной аттестации		зачет	зачет	диф. зачет	диф. зачет	диф. зачет
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	360	72	72	72	72	72

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 2	Курс 3	Курс 3	Курс 4	Курс 4
		Сессия 3-	Сессия 1-2	Сессия 3-4	Сессия 1-2	Сессия 3-4

Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	80	16	16	16	16	16
Учебные занятия лекционного типа						
<i>из них: в форме практической подготовки</i>						
Практические занятия	4	4				
<i>из них: в форме практической подготовки</i>						
Лабораторные занятия						
<i>из них: в форме практической подготовки</i>						
Иная контактная работа	76	12	16	16	16	16
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	40	8	8	8	8	8
Самостоятельная работа обучающихся	260	52	52	52	52	52
Контроль промежуточной аттестации	20	4	4	4	4	4
Форма промежуточной аттестации		зачет	диф.зачет	диф.зачет	диф.зачет	диф.зачет
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	360	72	72	72	72	72

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками									
		Самостоятельная работа	Лекционные занятия	<i>из них: в форме практической подготовки</i>	Семинарские/практические занятия	<i>из них: в форме практической подготовки</i>	Лабораторные занятия	<i>из них: в форме практической подготовки</i>	Иная контактная работа	<i>из них: в форме практической подготовки</i>	
Модуль 1 (Семестр 3)											
Раздел 1. Осуществление проектной деятельности в	32	14	18			2	2			16	16

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками									
		Самостоятельная работа	Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
интересах достижения целей организации											
Раздел 2 Ресурсы и ограничения в управлении проектами	31	13	18			2	2			16	16
Контроль промежуточной аттестации (час)	9										
Общий объем, часов по модулю	63	27	36			4				32	32
Форма промежуточной аттестации	зачет										
Модуль 2 (семестр 4)											
Раздел 3 Методологические основы разработки проекта: определение круга задач в рамках поставленной цели и выбор оптимальных способов их решения	32	14	18							18	18
Раздел 4. Проектирование теории и методики обучения предмету «Физическая культура» в структуре содержания подготовки педагога физической культуры	31	13	18							18	18
Контроль промежуточной аттестации (час)	9										
Общий объем, часов по модулю	63	27	36							36	36
Форма промежуточной аттестации	зачет										
Модуль 3 (семестр 5)											
Раздел 5. Проектирование физической культуры как учебного предмета в системе общего образования	32	14	18							18	18
Раздел 6. Проектирование	31	13	18							18	18

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками									
		Самостоятельная работа	Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
образования по предмету.											
Контроль промежуточной аттестации (час)	9										
Общий объем, часов по модулю	63	27	36							36	36
Форма промежуточной аттестации	<i>диф. зачет</i>										
Модуль 4 (семестр 6)											
Раздел 7. Проектирование учебно-воспитательного процесса по предмету	32	14	18							18	18
Раздел 8. Проектирование методов обучения на уроках физической культуры	31	13	18							18	18
Контроль промежуточной аттестации (час)	9										
Общий объем, часов по модулю	63	27	36							36	36
Форма промежуточной аттестации	<i>диф. зачет</i>										
Модуль 5 (семестр 7)											
Раздел 9. Проектирование мотивации и стимулирования, дидактическое взаимодействие	32	14	18							18	18
Раздел 10. Проектирование компонентов учебного процесса	31	13	18							18	18
Форма промежуточной аттестации	<i>диф. зачет</i>										

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
		Самостоятельная работа	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Контроль промежуточной аттестации (час)	9									
Общий объем, часов по модулю	63	27	36						36	36
Общий объем, часов	360	135	180		4				176	176

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
		Самостоятельная работа	Лекционные занятия	из них: в форме практической	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической	Лабораторные занятия	из них: в форме практической	Иная контактная работа	из них: в форме практической
Модуль 1 (Курс 2 Сессии 3-4)										
Раздел 1. Осуществление проектной деятельности в	36	28	8		2				6	4

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической	Семинарские/	из них: в форме практической	Лабораторные занятия	из них: в форме практической	Иная контактная работа	из них: в форме практической
интересах достижения целей организации											
Раздел 2 Ресурсы и ограничения в управлении проектами	32	24	8				2				6 4
Форма промежуточной аттестации	<i>зачет</i>										
Общий объем, часов по модулю	68	52	16				4				12 8
Контроль промежуточной аттестации (час)	4										
Модуль 2 (Курс 3 Сессии 1-2)											
Раздел 3 Методологические основы разработки проекта: определение круга задач в рамках поставленной цели и выбор оптимальных способов их решения	36	28	8								8 4
Раздел 4. Проектирование теории и методики обучения предмету «Физическая культура» в структуре содержания подготовки педагога физической культуры	32	24	8								8 4
Форма промежуточной аттестации	<i>диф. зачет</i>										
Общий объем, часов по модулю	68	52	16								16 8
Контроль промежуточной аттестации (час)	4										
Модуль 3 (Курс 3 Сессии 3-4)											

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической	Семинарские/	из них: в форме практической	Лабораторные занятия	из них: в форме практической	Иная контактная работа	из них: в форме практической
Раздел 5. Проектирование физической культуры как учебного предмета в системе общего образования	36	28	8							8	4
Раздел 6. Проектирование образования по предмету.	32	24	8							8	4
Форма промежуточной аттестации	<i>диф. зачет</i>										
Общий объем, часов по модулю	68	52	16							16	8
Контроль промежуточной аттестации (час)	4										
Модуль 4 (Курс 4 Сессии 1-2)											
Раздел 7. Проектирование учебно-воспитательного процесса по предмету	36	28	8							8	4
Раздел 8. Проектирование методов обучения на уроках физической культуры	32	24	8							8	4
Форма промежуточной аттестации	<i>диф. зачет</i>										

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической	Семинарские/	из них: в форме практической	Лабораторные занятия	из них: в форме практической	Иная контактная работа	из них: в форме практической
Общий объем, часов по модулю	68	52	16							16	8
Контроль промежуточной аттестации (час)	4										
Модуль 5 (Курс 4 Сессии 3-4)											
Раздел 9. Проектирование мотивации и стимулирования, дидактическое взаимодействие	36	28	8							8	4
Раздел 10. Проектирование компонентов учебного процесса	32	24	8							8	4
Контроль промежуточной аттестации (час)	<i>диф. зачет</i>										
Общий объем, часов по модулю	68	52	16							16	8
Общий объем, часов	360	260	80			4				76	40

РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся
--------------	-------	---

		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1-5. семестр 3-7							
Раздел 1. Осуществление проектной деятельности в интересах достижения целей организации	14	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	Расчетно- практическое задание	2	компьютерное тестирование
Раздел 2 Ресурсы и ограничения в управлении проектами	13	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	3	Расчетно- практическое задание	2	компьютерное тестирование
Раздел 3 Методологические основы разработки проекта: определение круга задач в рамках поставленной цели и выбор оптимальных способов их решения	14	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	Расчетно- практическое задание	2	компьютерное тестирование
Раздел 4. Проектирование теории и методики обучения предмету «Физическая культура» в структуре содержания подготовки педагога физической культуры	13	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	3	Доклад	2	Контрольная работа
Раздел 5. Проектирование физической культуры как учебного предмета в системе общего образования	14	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	Доклад	2	Контрольная работа

Раздел 6. Проектирование образования по предмету.	13	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	3	Доклад	2	Контрольная работа
Раздел 7. Проектирование учебно-воспитательного процесса по предмету	14	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	Доклад	2	Контрольная работа
Раздел 8. Проектирование методов обучения на уроках физической культуры	13	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	3	Доклад	2	Контрольная работа
Раздел 9. Проектирование мотивации и стимулирования, дидактическое взаимодействие	14	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	Доклад	2	Контрольная работа
Раздел 10. Проектирование компонентов учебного процесса	13	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	3	Доклад	2	Контрольная работа
Общий объем по дисциплине (модулю), часов	135	80		35		20	

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1-5. курс 2 сессии 3-4, курс 3 сессии 1-2, 3-4, курс 4 сессии 1-2, 3-4							
Раздел 1. Осуществление проектной деятельности в интересах достижения целей организации	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	Расчетно-практическое задание	2	компьютерное тестирование

Раздел 2 Ресурсы и ограничения в управлении проектами	24	12	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Расчетно-практическое задание	2	компьютерное тестирование
Раздел 3 Методологические основы разработки проекта: определение круга задач в рамках поставленной цели и выбор оптимальных способов их решения	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	Расчетно-практическое задание	2	компьютерное тестирование
Раздел 4. Проектирование теории и методики обучения предмету «Физическая культура» в структуре содержания подготовки педагога физической культуры	24	12	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Доклад	2	Контрольная работа
Раздел 5. Проектирование физической культуры как учебного предмета в системе общего образования	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	Доклад	2	Контрольная работа
Раздел 6. Проектирование образования по предмету.	24	12	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Доклад	2	Контрольная работа
Раздел 7. Проектирование учебно-воспитательного процесса по предмету	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	Доклад	2	Контрольная работа
Раздел 8. Проектирование методов обучения на уроках физической культуры	24	12	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Доклад	2	Контрольная работа

Раздел 9. Проектирование мотивации и стимулирования, дидактическое взаимодействие	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	Доклад	2	Контрольная работа
Раздел 10. Проектирование компонентов учебного процесса	24	12	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Доклад	2	Контрольная работа
Общий объем по модулю, часов	260	130		110		20	

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)

МОДУЛЬ «1»

Раздел 1. Осуществление проектной деятельности в интересах достижения целей организации

Цель: создать теоретико-практические и педагогические условия для формирования и развития способностей осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

Перечень изучаемых элементов содержания: Стратегия организации и проектная деятельность: ключевые взаимосвязи целей, задач и способов их решения. Сущность и содержание жизненного цикла проекта. Модели жизненного цикла проекта. Формирование команды проекта: параметры выбора оптимальных альтернатив.

Вопросы для самоподготовки:

1. Миссия организации: понятие, основные черты
2. Цели организации: понятие, критерии качества, виды.
3. Стратегическая пирамида, альтернативные подходы.
4. Особенности корпоративной стратегии.
5. Деловая стратегия.
6. Функциональная стратегия.
7. Факторы, определяющие стратегию компании.
8. Ключевые стратегии развития организации.
9. Понятие и особенности формирования стратегических альтернатив.
10. Этапы реализации стратегии.
11. Контроль реализации стратегии.
12. Понятие и особенности жизненного цикла проекта.
13. Фазы и стадии жизненного цикла проекта.
14. Каскадная модель жизненного цикла проекта: сущность, преимущества, недостатки.
15. Итерационная модель: сущность, преимущества, недостатки.
16. Спиральная модель: сущность, преимущества, недостатки.
17. Инкрементная модель: сущность, преимущества, недостатки.
18. Внешнее окружение проекта.
19. Внутреннее окружение проекта
20. Методы исследования внешней среды проекта
21. Команда проекта.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1.

Форма практического задания: расчетно-практическое задание.

Пример расчетно-практического задания к теме 1:

В качестве проекта выступает «Мониторинг социально-экономического развития территории муниципального образования». Определите количество фаз жизненного цикла проекта. Опишите содержание каждой фазы. Обоснуйте свой выбор.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 1: форма рубежного контроля – компьютерное тестирование

Пример компьютерного тестирования к теме 1:

(??) Эта стратегия применяется по отношению к бесперспективному бизнесу, который не может быть прибыльно продан, но может принести доход за счет распродажи имеющихся товаров при максимальном сокращении всех видов затрат (??) Одиночный выбор

(?) стратегия сокращения

(!) стратегия «сбора урожая»

(?) стратегия ликвидации

(??) Жизненный цикл проекта – это ... (??) Одиночный выбор

(!) промежуток времени между моментом формализации идеи или утверждения технического задания проекта и моментом его закрытия, т.е. от состояния, «когда проекта еще нет», до состояния, «когда проекта уже нет»

(?) графическое представление работ (задач) и видов действий в ходе проекта и задание приблизительного времени их выполнения

(?) утвержденный формальный документ, в котором указано, как проект будет исполняться, как произойдет его мониторинг и управление им

Раздел 2. Ресурсы и ограничения в управлении проектами

Цель: создать теоретико-практические и педагогические условия для формирования и развития способностей осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.

Перечень изучаемых элементов содержания: Внешние и внутренние ресурсы проекта. Окружение проекта. Методы анализа ресурсов и ограничений проектной деятельности. Мониторинг внешней и внутренней среды проекта. Организация взаимодействия участников проекта согласно целям и задачам проектной деятельности.

Вопросы для самоподготовки:

1. Внешнее окружение проекта.
2. Основные составляющие внешней среды и их взаимосвязь
3. Типы внешнего окружения.
4. Внутреннее окружение проекта.
5. Методы исследования внешней среды проекта: мониторинг, сканирование, предвидение, оценка.
6. Методы реагирования на изменения внешней среды.
7. PEST-анализ: цель и порядок проведения.
8. Отраслевой анализ: понятие, основные показатели.
9. Оценка степени конкуренции в отрасли на основе модели «пяти сил» М. Портера
10. Понятие и характеристика движущих сил конкуренции.
11. Управленческий анализ: понятие, этапы проведения
12. Метода анализа конкурентных преимуществ организации.
13. SWOT-анализ.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2

Форма практического задания: расчетно-практическое задание.

Пример расчетно-практического задания к теме 1.2

Возьмите за основу любую организацию, которая вам знакома. Опишите окружение (внешнее и внутреннее). Для анализа внутренней среды компании используйте SWOT-анализ. Метод анализа внешней среды выберете в самостоятельном порядке. Работу оформить в виде презентации.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 2: форма рубежного контроля – компьютерное тестирование

Пример компьютерного тестирования:

(??) Субъекты управления — это ... (??) Одиночный выбор

(!) активные участники проекта (отдельные сотрудники и подразделения), взаимодействующие при выработке и принятии управленческих решений в процессе его осуществления.

(?) функциональные подразделения организации (маркетинг, финансы, производство и пр.), в разной степени взаимодействующие друг с другом

(?) инвестор, заказчик, подрядчики

(??) Верно ли утверждение: «Окружение проекта – это среда проекта, порождающая совокупность внутренних и внешних сил, которые способствуют или мешают достижению целей проекта» (??)

Одиночный выбор

(!) да

(?) нет

МОДУЛЬ 2.

Раздел 3. Методологические основы разработки проекта: определение круга задач в рамках поставленной цели и выбор оптимальных способов их решения.

Цель: создать теоретико-практические и педагогические условия для формирования и развития способностей осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.

Перечень изучаемых элементов содержания: Принципы управления проектами. Основные подходы к управлению проектами. Модели зрелости управления проектом. Способы и методы разработки проектов. Международные стандарты обеспечения проектной деятельности.

Вопросы для самоподготовки:

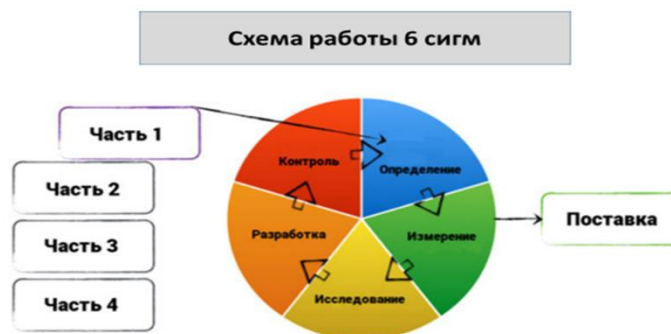
1. Принципы управления проектами.
2. Основные подходы к управлению проектами.
3. Оценка зрелости бизнес - процессов по Керцнеру.
4. Стандарт ОРМЗ.
5. Модель зрелости управления портфелями, программами и проектами.
6. Модель зрелости процессов управления проектами Беркли.
7. Метод критического пути.
8. Метод управления проектами PERT.
9. Календарно-сетевое планирование.
10. Международные стандарты обеспечения проектной деятельности.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 3.

Форма практического задания: расчетно-практическое задание.

Пример расчетно-практического задания

Изучите схему работы по 6 СИГМ (SIX SIGMA). Дайте ее интерпретацию. Оформите в виде доклада объемом не менее 7 страниц.



РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 3: форма рубежного контроля – компьютерное тестирование

Пример компьютерного тестирования:

(??) Основное назначение Модели организационной зрелости управления проектами (Organizational Project Management Maturity Model) ... (??) Одиночный выбор

(!) быть стандартом для корпоративного управления проектами и организационной зрелости по управлению проектами
(?) комплексный подход к описанию системы управления проектами в организации на разных уровнях управления от отдельного проекта и программы до портфеля проектов

(?) позволяет трансформировать неопределенные цели развития в конкретные задачи с измеряемыми результатами.

(??) Отличие модели уровней зрелости компании Г. Керцнера (Project Management Maturity Model) ... (??) Одиночный выбор

(?) инструменты оценивания могут быть адаптированы для любой компании и любого уровня зрелости

(!)предлагает оценивать деятельность организации относительно других успешных игроков на рынке
(?)наличие уникальной базы данных, которая содержит лучшие практики, описание Ключевых Факторов Успеха, результатов и другой информации, характеризующей развитие зрелости управления проектами в организации

Раздел 4. Проектирование теории и методики обучения предмету «Физическая культура» в структуре содержания подготовки педагога физической культуры

Цель: формирование у студентов знаний в области теории и методики обучения предмету «Физическая культура».

Перечень изучаемых элементов содержания Проектирование обучения в образовательном процессе. Специфика физического воспитания и особенности обучения преподаванию предмета «Физическая культура». Теоретико-методологические основания дисциплины, связь с проектом курса «Теория и методика физического воспитания и спорта».

Интегративные функции дисциплины в профессиональной подготовке педагога по физической культуре. Основные понятия теории и методики обучения предмету «Физическая культура»; «Методика обучения предмету», «Дидактика предмета», «Дидактические основы предмета», «Учебный предмет», «Физкультурное образование». Физическое воспитание как компонент содержания общего образования и предмет – основная форма его организации в школах и других типах учебных заведений учреждений общего образования, понятия: «учебный предмет», «предмет «Физическая культура», отличительные особенности данного предмета от других. Этапы развития проектирования предмета.

Основные детерминанты, обуславливающие место и значение данного предмета в содержании общего образования. Специфические функции физической культуры в содержании общего образования; образовательная, воспитательная, оздоровительная, развивающая, рекреационная, системообразующая.

Современное состояние учебно-воспитательного процесса по физической культуре в общеобразовательной школе, оценка его результативности. Факторы, обуславливающие необходимость модернизации проектирования педагогической системы школьной физической культуры.

Концептуальные предпосылки реформирования школьного звена национальной системы физического воспитания вообще и методики обучения предмету – в частности.

Основные направления проекта совершенствования теоретико-методических основ организации и осуществления учебно-воспитательного процесса по предмету.

Вопросы для самоподготовки:

1. Назовите детерминанты (определяющие) или факторы, обуславливающие место, значение и функции физической культуры в его структуре содержания общего среднего образования?
2. В чём сущность системного подхода к организации проекта учебного процесса по предмету «Физическая культура» в отличие от традиционного (аналитического)?
3. Определите понятие «Цель проекта предмета «Физическая культура» и дайте одну из возможных ее формулировок.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 4

Форма практического задания: доклад

Примерные темы докладов:

1. Основные понятия теории и методики обучения предмету.
2. Основные детерминанты, обуславливающие место и значение данного предмета в содержании проекта общего образования.
3. Специфические функции физической культуры в содержании общего образования; образовательная, воспитательная, оздоровительная, развивающая, рекреационная, системообразующая.
4. Современное состояние учебно-воспитательного процесса по физической культуре в общеобразовательной школе, оценка его результативности.
5. Факторы, обуславливающие необходимость модернизации и проектирования педагогической системы школьной физической культуры.
6. Концептуальные предпосылки реформирования школьного звена национальной системы физического воспитания вообще и методики проектирования обучения предмету – в частности.
7. Основные направления совершенствования проекта теоретико-методических основ организации и осуществления учебно-воспитательного процесса по предмету.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 4:

форма рубежного контроля – контрольная работа

Требования к контрольной работе. Контрольная работа – это проверка теоретических знаний обучающихся. Работа выполняется письменно без использования вспомогательных материалов

Модуль «3»

Раздел 5. Проектирование физической культуры как учебного предмета в системе общего образования

Цель: спроектировать дидактические процессы

Перечень изучаемых элементов содержания

Современное состояние цели предмета «Физическая культура». Взаимосвязь цели предмета с целями национальных систем образования и физического воспитания, школьного звена указанных систем, а также форм организации физического воспитания учащихся учреждений общего образования. Проблема цели проектирования преподавания в практике работы учителей физической культуры. Цель предмета в нормативных документах директивных органов управления образованием, физической культурой и спортом.

Определение понятия и проблемы формулировки цели предмета. Классификация целей, источники целевыведения и функции цели данной дисциплины, требования к ее формулировке, взаимосвязь проектирования цели предмета и целей форм организации физического воспитания учащихся общеобразовательных школ.

Взаимосвязь дидактических процессов с другими элементами педагогической системы предмета. Функции дидактических процессов в этой системе.

Особенности проектирования дидактических процессов по данной дисциплине по сравнению с процессами, развертывающимися в педагогических системах смежных областей общего образования (математика, естественные дисциплины, искусство, технология, языки и литература и др.) по целям и задачам, содержанию образования, условиям, где развертываются эти процессы, характеру воздействия на личность учащихся и др. параметрам. Специфика проектирования дидактических процессов по данной дисциплине по сравнению с процессом обучения в спортивной тренировке.

Вопросы для самоподготовки:

1. Что такое государственный образовательный стандарт общего среднего образования и какова его связь с содержанием образования по предмету «Физическая культура»?

2. Что относится к базовому и региональному компонентам содержания учебной программы по физической культуре?

3. Объясните взаимосвязь проектирования дидактических процессов как компонента структуры педагогической системы и процесса проектирования обучения по предмету «Физическая культура».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 5

Форма практического задания: доклад

Примерные темы докладов:

1. Взаимосвязь проектирования цели предмета с целями национальных систем образования и проектирования процесса физического воспитания.
2. Проблема проектирования цели преподавания в практике работы учителей физической культуры.
3. Цель предмета в нормативных документах директивных органов управления образованием, физической культурой и спортом.
4. Определение понятия и проблемы формулировки проектирования цели предмета.
5. Взаимосвязь проекта дидактических процессов с другими элементами педагогической системы предмета.
6. Функции дидактических процессов в проектировании системы физического воспитания.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 5:

форма рубежного контроля – контрольная работа

Требования к контрольной работе. Контрольная работа – это проверка теоретических знаний обучающихся. Работа выполняется письменно без использования вспомогательных материалов

Раздел 6. Проектирование образования по предмету «Физическая культура»

Цель: ознакомить студентов с содержанием проектирования образования по предмету «Физическая культура» и структурой дидактических процессов.

Перечень изучаемых элементов содержания

Взаимосвязь содержания проектирования общего образования и содержания образования по предмету, их детерминанты.

Государственный стандарт общего образования. Физическая культура – инвариантная составляющая базовой части (федерального компонента) ГОС РФ.

Структура содержания образования по физической культуре: блоки, разделы, темы, учебные единицы. Характеристика проектирования блоков: системы знаний, системы двигательных и инструктивных навыков и умений; системы двигательных и волевых качеств; системы норм и требований; системы видов физкультурной деятельности. Вариативность проектирования содержания образования по предмету. Дифференцирование содержания образования предмета по ступеням общеобразовательной школы и годам обучения.

Базовый, республиканский и местный компоненты содержания образования. Место культурно-исторического и этнического наследия народов России в сфере физической культуры в содержании проектирования образования по предмету. Взаимосвязь проектирования содержания образования и цели данной дисциплины. Функции содержания образования в структуре педагогической системы учебного предмета.

Пути модернизации проектирования содержания образования по предмету. Особенности содержания проектирования образования в конкретных учреждениях общего образования с учетом специфики климатических, социальных, рельефных и др. условий мест их расположения.

Проектирование дидактического взаимодействия педагога и учащихся. Проектирование деятельности педагога (преподавание) и деятельность учащихся (учение) в дидактических процессах и их взаимосвязь.

Этапы развертывания дидактических процессов на уроках физической культуры в общеобразовательной школе различной направленности: проектирование в обучении знаниям двигательным действиям, развитию двигательных качеств. Цель, задачи, психолого-физиологическая и педагогическая характеристика каждого из этапов; особенности методов формирования проектирования двигательных навыков и умений и развития двигательных качеств по этапам развития дидактических процессов.

Взаимосвязь и взаимообусловленность проекта формирования знаний, двигательных навыков и умений, развития двигательных и волевых качеств в дидактических процессах по предмету.

Становление и развитие форм организации учебного процесса по предмету. Место урока в структуре проектирования дидактических процессов. Проектирование урока как ограниченная во времени единица функционирования дидактических процессов. Отличительные признаки проекта урока от других форм организации проекта занятий физической культурой в школе. Особенности проекта школьного урока физической культуры. Классификация уроков. Содержание и структура урока физической культуры. Проектирование деятельности педагога и деятельности учащихся на уроках физической культуры во взаимосвязи. Формы организации деятельности педагога и учащихся на уроках физической культуры: фронтальная, групповая. Части и элементы урока физической культуры, требования к современному уроку физической культуры.

Вопросы для самоподготовки:

1. Назовите этапы развертывания процесса проектирования обучения по предмету «Физическая культура».
2. Дайте объяснение «шага» дидактических процессов в проектировании обучения по предмету «Физическая культура».
3. Определите место урока в структуре проекта дидактических процессов по предмету «Физическая культура».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 6

Форма практического задания: доклад

Примерные темы докладов:

1. Государственный стандарт общего образования.
2. Физическая культура – инвариантная составляющая базовой части (федерального компонента) ГОС РФ.
3. Вариативность проектирования содержания образования по предмету.
4. Дифференцирование проектирования содержания образования предмета по ступеням общеобразовательной школы и годам обучения.
5. Базовый, республиканский и местный компоненты содержания образования.
6. Место культурно-исторического и этнического наследия народов России в сфере физической культуры в содержании проектирования образования по предмету.
7. Взаимосвязь проекта содержания образования и цели данной дисциплины.
8. Функции содержания образования в структуре педагогической системы учебного предмета.
9. Этапы развертывания проекта дидактических процессов на уроках физической культуры в общеобразовательной школе различной направленности: обучении знаниям двигательным действиям, развитию двигательных качеств.
10. Проектирование цели, задач, психолого-физиологических и педагогических характеристик каждого из этапов; особенности проектирования методов формирования двигательных навыков и умений и развития двигательных качеств по этапам развития дидактических процессов.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 6:

форма рубежного контроля – контрольная работа

Требования к контрольной работе. Контрольная работа – это проверка теоретических знаний обучающихся. Работа выполняется письменно без использования вспомогательных материалов

МОДУЛЬ «4».

Раздел 7. Проектирование учебно-воспитательного процесса по предмету

Цель: дать представление о проектировании учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура».

Перечень изучаемых элементов содержания

Состояние научно-теоретической разработанности проектированного подхода к организации учебно-воспитательного процесса применительно к предмету. Развитие идей педагогического проектирования в РФ. Технология и методика преподавания физической культуры в школе, общее и особенное, понятийно-терминологические проблемы.

Сущность технологического подхода к учебному процессу по дисциплине, общая характеристика основных компонентов проектирования учебного процесса: целеполагания; отбора и обоснования оптимальных содержания и методов обучения воспитания и развития; программирования; мотивации и стимулирования непосредственного взаимодействия учителя и учащихся; контроля и коррекции, оценки и анализа результатов взаимодействия, обоснования рекомендаций для начала нового цикла дидактического взаимодействия педагога и учащихся. Взаимосвязь компонентов педагогического проектирования.

Роль и значение целеполагания в педагогической деятельности. Состояние целеполагания в практике работы педагогов физической культуры. Определение понятий: целеполагание, целеопределение, целеобразование, целевыведение, целеконкретизация, целевыдвижение.

Соотношение педагогической цели и педагогических задач и их роль в проектировании преподавания физической культуры.

Процедура целеполагания в проектировании преподавания физической культуры в общеобразовательных учреждениях, источники целеполагания по этапам проектирования учебного процесса.

Виды целей в проектировании преподавания предмета. Характеристика перспективных, тактических, оперативных и текущих целей в преподавании данной дисциплины.

Требования к формулировке целей и задач по циклам дидактических процессов по предмету.

Вопросы для самоподготовки:

1. Что определяет вид и тип урока физической культуры?
2. Назовите элементы проектирования содержания урока физической культуры.
3. Что называется структурой проекта урока физической культуры?
4. Назовите элементы проектной структуры урока физической культуры.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 7

Форма практического задания: доклад

Примерные темы докладов:

1. Взаимосвязь компонентов педагогического проектирования.
2. Роль и значение целеполагания в педагогической деятельности.
3. Состояние целеполагания в практике работы педагогов физической культуры.
4. Определение понятий: целеполагание, целеопределение, целеобразование, целевыведение, целеконкретизация, целевыдвижение.
5. Соотношение педагогической цели и педагогических задач и их роль в проектировании преподавания физической культуры.
6. Процедура целеполагания в проектировании преподавания физической культуры в общеобразовательных учреждениях, источники целеполагания по этапам проекта учебного процесса.
7. Виды целей в проектировании преподавания предмета. Характеристика перспективных, тактических, оперативных и текущих целей в преподавании данной дисциплины.
8. Требования к формулировке целей и задач по этапам проекта дидактических процессов по предмету.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 7:

форма рубежного контроля – контрольная работа

Требования к контрольной работе. Контрольная работа – это проверка теоретических знаний обучающихся. Работа выполняется письменно без использования вспомогательных материалов

Раздел 8. Проектирование методов обучения на уроках физической культуры

Цель: дать представление о проектировании методов обучения на уроках физической культуры.

Перечень изучаемых элементов содержания

Сущность отбора и обоснования оптимальных составляющих проекта учебного процесса по предмету.

Факторы, обуславливающие оптимальность содержания и методов организации дидактических процессов по этапам проектирования и их реализации: цели преподавания в малых макро- и мезоциклах, реальные условия функционирования дидактических процессов (климат и рельеф местности, учебно-материальная база, состояние здоровья, уровень физического развития и физической подготовленности учащихся, их Физкультурно-спортивные интересы, уровень профессионально-педагогической подготовленности учителя).

Оптимальность содержания образования. Его соответствие государственным образовательным стандартам. Место и особенности регионального компонента ГОС. Оптимальность проектирования форм организации деятельности учащихся на уроках физической культуры по циклам проекта учебного процесса.

Оптимальность методов обучения и развития двигательных качеств цели и содержанию обучения. Комплексный подход к оптимизации проектирования дидактических процессов на уроках физической культуры.

Сущность программирования в проектировании учебно-воспитательного процесса по предмету. Программирование и планирование в проектировании: общее и особенное. Содержание программирования. Состояние вопроса в теории и методике обучения предмету.

Программирование в практике преподавания физической культуры в общеобразовательной школе. Функции программирования в проектировании учебной работы. Виды программирования. Документы программирования. Характеристика документов перспективного, оперативного и текущего программирования проектирования дидактических процессов: названия документов, их назначение. Требования к документам программирования учебной работа по предмету. Содержание и структура деятельности педагога физической культуры по подготовке к организации проектирования дидактических процессов в форме урока физической культуры.

Вопросы для самоподготовки:

1. Что отличает проектированный подход к педагогическим процессам от традиционного, предполагаемого методикой?
2. Назовите основные компоненты проектирования учебного процесса по физической культуре в общеобразовательной школе.
3. В чём сущность проектирования целеполагания предмета «Физическая культура» и каковы его источники?

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 8

Форма практического задания: доклад

Примерные темы докладов:

1. Место и особенности регионального компонента ГОС.
2. Оптимальность форм организации деятельности учащихся на уроках физической культуры по этапам проектирования учебного процесса.
3. Оптимальность проектирования методов обучения и развития двигательных качеств цели и содержанию обучения.
4. Комплексный подход к оптимизации проектирования дидактических процессов на уроках физической культуры.
5. Сущность программирования в проектировании учебно-воспитательного процесса по предмету.
6. Программирование и планирование в проектировании методов образования сферы физической культуры: общее и особенное.
7. Содержание программирования.
8. Состояние вопроса проектирования в теории и методике обучения предмету.
9. Программирование в практике преподавания физической культуры в общеобразовательной школе.
10. Функции программирования в проектировании учебной работы. Виды программирования.
11. Документы программирования.
12. Характеристика документов перспективного, оперативного и текущего программирования дидактических процессов: названия документов, их назначение.
13. Требования к документам программирования учебной работа по предмету.
14. Содержание и структура деятельности педагога физической культуры по подготовке к организации проекта дидактических процессов в форме урока физической культуры.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 8:

форма рубежного контроля – контрольная работа

Требования к контрольной работе. Контрольная работа – это проверка теоретических знаний обучающихся. Работа выполняется письменно без использования вспомогательных материалов

Раздел 9. Проектирование мотивации и стимулирования, дидактическое взаимодействие.

Цель: сформировать у студентов знания, умения и навыки в области проектирования мотивации, стимулирования в процессе дидактического взаимодействия.

Перечень изучаемых элементов содержания

Сущность, содержание и методы проектирования педагогического стимулирования и мотивации на уроках физической культуры в школе.

Средства и методы мотивации и стимулирования учащихся в получении специальных знаний, составляющих содержание ГОС по предмету.

Средства и методы мотивации и стимулирования учебной деятельности школьников, направленной на формирование новых или развитие наличных двигательных навыков и умений, а также трансформации их в элементы видов физкультурной деятельности учащихся (формирования физической культуры личности учащегося). Особенности методов и средств проектирования мотивации познавательной деятельности школьников на уроках физической культуры, направленных на развитие двигательных и волевых качеств.

Взаимосвязь данного компонента педагогического проектирования с целеполаганием и программированием.

Сущность и содержание опосредованного и непосредственного взаимодействия педагога и учащихся.

Формы проектирования организации взаимодействия учителя и учащихся на уроках физической культуры; фронтальная, групповая, индивидуальная, круговая тренировка.

Взаимодействие проекта деятельности преподавания (педагога) и учения (учащихся) с учетом специфики формы организации взаимодействия учителя учащихся.

Место форм организации проекта взаимодействия учения и преподавания с учетом особенностей возраста учащихся, цели, задач, содержания урока, материально-технической оснащенности и других факторов.

Содержание и структура проекта подготовки учителя к уроку физической культуры.

Конструирование проекта урока физической культуры.

Вопросы для самоподготовки:

1. В чём сущность отбора и обоснования оптимального содержания проектирования дидактических процессов?
2. В чём сущность программирования проекта дидактических процессов по физической культуре?
3. Что подлежит программированию проекта в области мотивации и стимулирования к занятиям физической культуры?

Модуль «5».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 9

Форма практического задания: доклад

Примерные темы докладов:

1. Средства и методы проекта мотивации и стимулирования учащихся в получении специальных знаний, составляющих содержание ГОС по предмету.

2. Средства и методы проектирования мотивации и стимулирования учебной деятельности школьников.
3. Особенности методов и средств проекта мотивации познавательной деятельности школьников на уроках физической культуры, направленных на развитие двигательных и волевых качеств.
4. Взаимосвязь данного компонента педагогического проектирования с целеполаганием и программированием.
5. Сущность и содержание опосредованного и непосредственного взаимодействия педагога и учащихся.
6. Формы организации проектирования взаимодействия учителя и учащихся на уроках физической культуры; фронтальная, групповая, индивидуальная, круговая тренировка.
7. Взаимодействие деятельности преподавания (педагога) и учения (учащихся) с учетом специфики формы проектирования организации взаимодействия учителя учащихся.
8. Место форм проекта организации взаимодействия учения и преподавания с учетом особенностей возраста учащихся, цели, задач, содержания урока, материально-технической оснащенности и других факторов.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 9:

форма рубежного контроля – контрольная работа

Требования к контрольной работе. Контрольная работа – это проверка теоретических знаний обучающихся. Работа выполняется письменно без использования вспомогательных материалов

Раздел 10. Проектирование компонентов учебного процесса

Цель: рассмотреть проектирование компонентов учебного процесса по физической культуре

Перечень изучаемых элементов содержания

Сущность проектирования контроля в педагогической деятельности. Развитие контрольного компонента деятельности учителя физической культуры и его современное состояние.

Функции контроля в проектировании учебного процесса по физической культуре. Цель контроля, его содержание. Средства и методы практической реализации контроля на уроках физической культуры. Проектирование, подбор и обоснование контрольного материала, его осуществление по циклам технологии учебного процесса. Получение текущей информации, ее обработка. Обоснование корректирующих воздействий.

Сущность и содержание контроля учащихся за результатами своей учебной деятельности.

Взаимоконтроль учащихся в процессе выполнения учебных заданий.

Взаимосвязь контроля педагога, самоконтроля и взаимоконтроля учащихся на уроках физической культуры. Сущность оценочно-аналитического компонента, его место и значение в проектировании учебно-воспитательного процесса по предмету.

Термины «оценка» и «отметка». Различия в подходах к процессу оценки результатов учебной деятельности на уроках физической культуры. Критерии оценок. Процедура выведения оценочных суждений в микро-, мезо-, макроциклах технологии учебно-воспитательного процесса – отметок текущего, периодического и итогового учета успеваемости. Зачеты и экзамены по предмету.

Методы проектирования оценки сформированности знаний, двигательных и инструктивных навыков и умений, видов физкультурной деятельности, развития двигательных качеств (норм). Обработка текущей, этапной, итоговой информации, полученной в ходе реализации контрольно-коррекционной деятельности. Методики проекта в анализе фактической информации: сопоставление фактических результатов с плановыми и определение отклонений.

Вопросы для самоподготовки:

1. Что должно быть результатом реализации проектированного компонента учебного процесса физического воспитания?
2. Назовите формы проектирования организации дидактических процессов физической культуры.
3. В чём сущность контрольно-коррекционного компонента проектирования учебного процесса по физической культуре?

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 10

Форма практического задания: доклад

Примерные темы докладов:

1. Функции контроля в проектировании учебного процесса по физической культуре.
2. Цель проектирования педагогического контроля в процессе физического воспитания, его содержание.
3. Средства и методы практической реализации проектирования контроля на уроках физической культуры.
4. Проектирование, подбор и обоснование контрольного материала, его осуществление по циклам технологии учебного процесса.
5. Получение текущей информации, ее обработка. Обоснование корректирующих воздействий.
6. Сущность и содержание проектирования контроля учащихся за результатами своей учебной деятельности по предмету ФК.
7. Взаимоконтроль учащихся в процессе выполнения учебных заданий по предмету ФК.
8. Взаимосвязь проекта контроля педагога, самоконтроля и взаимоконтроля учащихся на уроках физической культуры.
9. Сущность оценочно-аналитического компонента, его место и значение в проектировании учебно-воспитательного процесса по предмету.
10. Термины «оценка» и «отметка» в области проектирования сферы физической культуры.
11. Различия в подходах проектирования к процессу оценки результатов учебной деятельности на уроках физической культуры.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 10:

форма рубежного контроля – контрольная работа

Требования к контрольной работе. Контрольная работа – это проверка теоретических знаний обучающихся.

Работа выполняется письменно без использования вспомогательных материалов

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является **зачет, дифференцированный зачет** который проводится в **устной** форме.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	Знать: - понятие и классификация систем; - структуру и закономерности функционирования систем; - особенности системного подхода в научном познании; - понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах; - основные технологии поиска и сбора информации; - форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами; - виды и формы работы с педагогической и	Этап формирования знаний

		<p>научной литературой; - требования к оформлению библиографии (списка литературы)</p>	
		<p>Уметь: - работать с информацией, представленной в различной форме; - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода; - обосновывать решение задач физической культуры с позиций системного подхода</p>	Этап формирования умений
		<p>Владеет опытом: - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование); - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности.</p>	Этап формирования навыков и получения опыта
УК – 2.	<p>Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</p>	<p>Знать: - требования и принципы целеполагания;- принципы и методы планирования;- виды и содержание планирования в физической культуре и спорте;- методы организации и управления в области физической культуры и спорта, применяемые на федеральном и региональном уровнях - основы планирования, бюджетирования и порядок финансирования деятельности физкультурно-спортивной организации соответствующей</p>	Этап формирования знаний

		<p>организационно-правовой формы и формы собственности; - количественные показатели физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы; - конституцию РФ, свои гражданские права и обязанности, законы РФ и нормативные документы в области физической культуры и спорта и образования.</p>	
		<p>Уметь: - формулировать перечень взаимосвязанных задач, обеспечивающих достижение поставленной цели; - определять ожидаемые результаты решения задач; - разрабатывать различные виды планов по реализации программ в области физической культуры и спорта; - осуществлять планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом его целей и задач физкультурно-спортивной организации; - проводить анализ планов с позиций правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; - проводить оценку ресурсного обеспечения спортивного, физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом.</p>	Этап формирования умений
		<p>Владеть опытом: - планирования и реализации циклов занятий различной продолжительности избранному виду спорта; - планирования спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - планирования и проведения научного исследования по определению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта.</p>	Этап формирования навыков и получения опыта
УК – 3.	Способен осуществлять социальное	<p>Знать: - функции и средства общения; - психологические особенности общения с различными категориями групп</p>	Этап формирования знаний

	<p>взаимодействие и реализовывать свою роль в команде</p>	<p>людей (по возрасту, этническим и религиозным признакам и др.); - источники, причины и способы управления конфликтами; - методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; - методы убеждения, аргументации своей позиции; - сущностные характеристики и типологию лидерства; - факторы эффективного лидерства.</p>	
		<p>Уметь: - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды; - планировать, организовывать и координировать работы в коллективе; - общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их; - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения и воспитания; - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу; - защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий; - составить психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности; - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности; - применять технологии развития лидерских качеств и умений; -</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы.</p>	
		<p>Владеть: - решением образовательных и спортивных задач в составе команды.</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>
ОПК-1	<p>Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>Знать: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения, - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, - положения теории</p>	<p>Этап формирования знаний</p>

		<p>физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - структуру построения занятий, формы и способы планирования; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию, классификацию, принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и способы оценки результатов обучения; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;- средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки.</p>	
		<p>Уметь: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение, подбирать методику проведения на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения,</p>	
--	--	---	--

		<p>погодных и санитарно-гигиенических условий.</p> <p>Владеет опытом: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>	Этап формирования навыков и получения опыта
ОПК – 3.	Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов спортивной деятельности по двигательному и когнитивному	<p>Знает: историю и современное состояние базовых видов спорта, место и их значение в физической культуре, науке и образовании, воспитательные возможности видов спорта, терминологию, средства и виды: гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - основы обучения гимнастическим упражнениям; - основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетики</p>	Этап формирования знаний

	<p>обучению и физической подготовке</p>	<p>(бега на короткие, средние и длинные дистанции, прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту с разбега, толкания ядра, метания малого мяча (гранаты)); - методики обучения технике легкоатлетических упражнений; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой, лыжного спорта, плавания, подвижными и спортивными играми; - правила и организацию соревнований в легкой атлетике, в лыжном спорте, в плавании, по подвижным и спортивным играм; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики, лыжного спорта, гимнастики, плавания, подвижных и спортивных игр; - основы техники и методики способов передвижения на лыжах; методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях лыжной подготовкой, лыжного спорта, гимнастики, плавания, подвижных и спортивных игр; - основы техники способов плавания и прикладного плавания; - методики обучения способам плавания; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения спортивным и подвижным играм; - терминологию спортивных и подвижных игр; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся.</p>	
		<p>Умеет: - применять средства, методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике,</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p> плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения, возрастных особенностей занимающихся в зависимости от поставленных задач; - распределять на протяжении занятия средства гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений, легкоатлетических упражнений, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; - контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; - оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и определять ошибки в технике и исправлять их; - </p>	
--	--	---	--

		<p>использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке, - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям.</p>	
		<p>Владеть: проведением комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - владения техникой обще-подготовительных, специально-подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений; - владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнение контрольных нормативов; - техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов; - техникой способов передвижения на лыжах на уровне выполнения контрольных нормативов; - техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры; - проведением фрагмента урока физической культуры с</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания; - составлением упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - участвует в судействе соревнования по легкой атлетике, плаванию, лыжной подготовке; - проведением фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - проведением внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведением мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>	
ОПК – 9.	<p>Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p>Знает: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса,</p>	Этап формирования знаний

		<p>необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля, методика проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p>	
		<p>Умеет: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС.</p>	
		<p>Владеет: - проведением антропометрических измерений; - применением методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализом биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владеет приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применением методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контролем за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применением базовых методов и</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведением тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализом и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС.</p>	
ОПК – 11.	<p>Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности</p>	<p>Знать: - роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планировании, контроля, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий); - направления научных исследований в области физической культуры и спорта, вида спорта; - методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-методологические установки) в исследовании физической культуры; - методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования; - научную терминологию, принципы, средства и методы научного исследования; - теоретические основы и технология организации научно-исследовательской и проектной деятельности; - направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности; - назначение и область применения основных методов исследования в ФК и спорте; - алгоритм построения педагогического эксперимента; - способы обработки результатов исследования и анализ полученных данных; - требования к написанию и оформлению</p>	Этап формирования знаний

		<p>квалификационной работы; - способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования; - правила библиографического описания и библиографической ссылки.</p>	
		<p>Уметь: - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - использовать научную терминологию; - классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования; - актуализировать проблематику научного исследования; - определять задачи научного исследования; - анализировать инновационные методики; - разрабатывать и формулировать гипотезу; - подбирать и использовать методы исследования в ИВС; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов; - использовать методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента; - использовать для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики (расчет числовых характеристик выборки, критерии проверки статистических гипотез, корреляционный анализ); - интерпретировать результаты собственных исследований в ИВС; - анализировать и интерпретировать полученные результаты; - формулировать и аргументировать обобщения и</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>выводы, практические рекомендации; - составлять и оформлять список литературы; - представлять результаты собственных исследований перед аудиторией; - формулировать основные положения исследования в статьях сборников студенческих работ; - использовать технические и программные средства публичных выступлений.</p>	
		<p>Владеет: исследовательскими материалами при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - выполнением научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с направленностью образовательной программы; - публичной защитой результатов собственных научных исследований.</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>
<p>ОПК – 15.</p>	<p>Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий</p>	<p>Знать: - историю строительства спортивных сооружений; - классификацию спортивных сооружений; - особенности спортивных сооружений для различных видов спорта; - состав спортивных сооружений, их габариты, разметку, пропускную способность; - правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; - параметры и оборудование различных спортивных объектов; - расположение зрительских мест на трибунах; - расположение помещений и устройства для судей и прессы; - устройство и классификации сооружений для легкой атлетики; для плавательных бассейнов; для конькобежного спорта, хоккея, фигурного катания, шорт-трека; для игровых видов спорта; для</p>	<p>Этап формирования знаний</p>

		гребного, парусного, конного спорта, велотреков; для тира, стенда, стрельбища; для лыжного спорта; для сооружений инвалидов; - требования к экипировке, спортивному инвентарю; - способы проверки наличия и качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря и оборудования.	
		Уметь: - разъяснять правила поведения в помещении спортивного сооружения и на его территории; - разрабатывать план модернизации оснащения спортивного зала, выбирать оборудование; - использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по базовым видам спорта; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - использовать шаблоны и образцы для проверки спортивных снарядов, инвентаря, оборудования по размерам, массе и иным нормируемым физическим характеристикам.	Этап формирования умений
		Владеть опытом - проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия с использованием инвентаря и оборудования; - участия в судействе соревнований; - составления плана материально-технического обеспечения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; - проведения разъяснительной беседы по бережному отношению к имуществу, правилам ведения на спортивном сооружении, правилам использования оборудования и инвентаря.	Этап формирования навыков и получения опыта
ПК-1	Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах	Знать: Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта(правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по	Этап формирования знаний

	<p>спортивной подготовки</p>	<p>избранным видам спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями); методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние, санитарно-гигиенические требования к организациям дополнительного образования, дошкольным, общеобразовательным, профессиональным образовательным организациям, организациям высшего и дополнительного профессионального образования, осуществляющим образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки, подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на тренировочном этапе, методика преподавания, основы биомеханики, физиологии и гигиены спорта, режимы тренировочной работы, предельные тренировочные нагрузки, объем индивидуальной спортивной подготовки, методики контроля и оценки физической подготовленности обучающихся, методы планирования тренировочного процесса, современные методы тренировочной работы, порядок составления и ведения учетно-отчетной документации, нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией, основы работы с персональным компьютером, с электронной почтой, текстовыми редакторами,</p>	
--	------------------------------	--	--

		<p>электронными таблицами и браузерами, правила внутреннего трудового распорядка, этические нормы в области спорта, правила охраны труда и пожарной безопасности.</p>	
		<p>Уметь: использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся, вести первичную учетно-отчетную документацию по реализации программ спортивной подготовки в электронном и бумажном виде, выявлять проблемы в организации спортивной работы, предложить мероприятия по совершенствованию подготовки, использовать методы календарного планирования, использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности.</p>	<p>Этап формирования умений</p>
		<p>Владеть: Календарно-тематическим планированием и составлением расписания занятий по реализации программ на этапах спортивной подготовки в соответствии с локальными актами, целями и задачами физкультурно-спортивной организации, Организацией прохождения обучающимися контрольных процедур с целью с целью выполнения ими контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, установленных образовательными программами, разработка комплексной программы подготовки спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям по соответствующему направлению в работе, разработкой комплексных и индивидуальных планов подготовки спортсменов (команды) согласно утвержденным планам проведения спортивных мероприятий, систематическим</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>учетом, анализом, обобщением результатов работы, в том числе с использованием электронных форм, оценка эффективности подготовки обучающихся с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности, внедрением современных методик подготовки обучающихся по программам этапа спортивной подготовки, внесением коррективы в дальнейшую подготовку обучающихся.</p>	
--	--	---	--

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
<p>УК-1; УК-2; УК-3; ОПК-1; ОПК-3; ОПК-9; ОПК-11; ОПК-15; ПК-1</p>	<p>Этап формирования знаний.</p>	<p>Теоретический блок вопросов.</p> <p>Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал</p>	<p>1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок: (9-10] баллов;</p> <p>2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения: [8-9) баллов;</p> <p>3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала: (6-8) баллов;</p>

			4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки: [0-6] баллов.
УК-1; УК-2; УК-3; ОПК-1; ОПК-3; ОПК-9; ОПК-11; ОПК-15; ПК-1	Этап формирования умений	<p>Аналитическое задание (<i>задачи, ситуационные задания, кейсы, проблемные ситуации и т.д</i>)</p> <p>Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10] баллов;</p> <p>2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов;</p> <p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов;</p> <p>4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6] баллов.</p>
УК-1; УК-2; УК-3; ОПК-1; ОПК-3; ОПК-9; ОПК-11; ОПК-15; ПК-1	Этап формирования навыков и получения опыта.	<p>Аналитическое задание (<i>задачи, ситуационные задания, кейсы, проблемные ситуации и т.д</i>)</p> <p>Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.</p>	<p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов;</p> <p>4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6] баллов.</p>

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Теоретический блок вопросов к зачету, дифференцированному зачету:

1. Миссия организации: понятие, основные черты
2. Цели организации: понятие, критерии качества, виды.

3. Стратегическая пирамида, альтернативные подходы.
4. Особенности корпоративной стратегии.
5. Факторы, определяющие стратегию компании.
6. Подходы к разработке стратегии, стили управления.
7. Основные составляющие внешней среды и их взаимосвязь.
8. Типы внешнего окружения.
9. Методы реагирования на изменения внешней среды.
10. Понятие и характеристика движущих сил конкуренции
11. Этапы реализация стратегии
12. Современная концепция управления проектами.
13. Различия традиционного и проектного менеджмента.
14. Понятие и особенности жизненного цикла проекта.
15. Фазы и стадии жизненного цикла проекта.
16. Каскадная модель жизненного цикла проекта: сущность, преимущества, недостатки.
17. Итерационная модель: сущность, преимущества, недостатки.
18. Спиральная модель: сущность, преимущества, недостатки.
19. Инкрементная модель: сущность, преимущества, недостатки.
20. Внешнее окружение проекта.
21. Внутреннее окружение проекта
22. Методы исследования внешней среды проекта
23. Участники проекта.
24. Проектирование дисциплины «Теория и методика преподавания дисциплины «Физическая культура», ее значение в профессиональной подготовке физкультурных кадров.
25. Проектирование образование как педагогического процесса, включающий обучение, воспитание и развитие личности.
26. Понятие о проектировании обучения, его содержании.
27. Государственный образовательный стандарт, его роль и основные компоненты.
28. Проектирование роли обучающего в преподавании физической культуры.
29. Современные тенденции в обучении дисциплине «Физическая культура».
30. Отношения между субъектом и объектом в процессе преподавания физической культуры.
31. \Основы построения проектирования преподавания физической культуры в образовательных учреждениях.
32. Проектирование цели, задач, средств и методов спортивной тренировки.
33. Проектирование общих и специальных принципов спортивной тренировки, их реализация в тренировочном процессе.
34. Проектирование эффекта тренировочных воздействий: ближайший, отсроченный и кумулятивный, их отличительные признаки и взаимосвязь.
35. Проектирование функций и типов интервалов отдыха в тренировочном процессе спортсменов (ординарные, жесткие и максимизирующие).
36. Проектирование принципов направленности на максимально возможные достижения, углубленную специализацию и индивидуализацию спортивной тренировки.
37. Проектирование принципа единства общей и специальной физической подготовки спортсмена и непрерывности тренировочного процесса в подготовке спортсменов.
38. Проектирование принципа цикличности и волнообразности динамики тренировочных нагрузок.
39. Проектирование положения постепенности и предельности в наращивании тренировочных нагрузок в подготовке спортсменов.
40. Проектирование системы подготовки спортсменов.
41. Научно-методическое, медико-биологическое и информационное проектирование спортивной подготовки спортсменов.
42. Материально-техническое проектирование системы подготовки спортсменов.
43. Проектирование динамики спортивных достижений в спорте.
44. Проектирование задачи, средств, методов, этапов и содержание технической подготовки спортсменов.
45. Проектирование этапов многолетней подготовки спортсменов.
46. Проектирование задач, средств, методов тактической подготовки спортсменов.
47. Проектирование содержания физической подготовки спортсменов.
48. Проектирование средств и методов психологической подготовки спортсменов.
49. Проектирование малых тренировочных циклов (микроциклов).
50. Методическое проектирование и структура многолетней подготовки спортсменов.
51. Проектирование задач, средств, методов основной направленности тренировочного процесса на этапе начальной подготовки.
52. Проектирование предварительной подготовки как фундаментальная предпосылка будущих спортивных достижений (задачи, средства, методы, направленность).
53. Проектирование классификации тренировочных и соревновательных нагрузок, характеристика зон интенсивности.

54. Проектирование стадии базовой подготовки спортсменов (этапы и содержание).
55. Проектирование стадии максимальной реализации индивидуальных спортивных возможностей спортсмена (этапы и содержание).
56. Проектирование контроля за тренировочными и соревновательными нагрузками в подготовке спортсменов.
57. Проектирование контроля за физическим состоянием спортсменов в системе спортивной тренировки.
58. Проектирование контроля за факторами внешней среды в тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов.
59. Технология планирования спортивной тренировки.
60. Особенности организации и построения спортивной тренировки детей, юношей и девушек.
61. Проектирование средств восстановления работоспособности спортсменов.
62. Проектирование спортивного отбора в процессе многолетней подготовки.
63. Проектирование отбора спортсменов по различным видам спорта в сборную команду России
64. Проектирование нагрузки и отдыха как специфические компоненты спортивной тренировки.
65. Основные этапы и стадии проектирования совершенствования технической подготовленности спортсменов
66. Проектирование развития скоростных способностей и их оценка.
67. Проектирование развития координационных способностей и их оценка.
68. Проектирование спортивно-технического мастерство и критерии его оценки.
69. Проектирование развития выносливости и ее оценка.
70. Проектирование развития гибкости и ее оценка.
71. Проектирование комплексного контроля подготовленности спортсменов в спортивных школах.
72. Проблемы технико-тактической подготовки спортсменов высокого класса, перспективы ее совершенствования.
73. Факторы, влияющие на эффективность заключительного этапа подготовки к соревнованиям.
74. Проектирование преподавания физической культуры в дошкольных учреждениях.
75. Проектирование средств и методов, применяемых в обучении физической культуре в ДОУ.
76. Планирование работы по физической культуре в ДОУ.
77. Проектирование учета и контроля в процессе преподавания физической культуры в ДОУ.
78. Проектирование физической культуры в государственном образовательном стандарте для ДОУ.
79. Технология преподавания физической культуры в общеобразовательной школе.
80. Проектирование средств и методов, применяемых в обучении физической культуре в школе.
81. Планирование работы по физической культуре в школе.
82. Проектирование учета и контроля в процессе преподавания физической культуры в школе.
83. Физическая культура в государственном образовательном стандарте для общеобразовательной школы.
84. Специфика и проектирование условия для преподавания физической культуры в сельской малокомплектной школе.
85. Особенности технологии обучения физической культуре в сельской местности.
86. Новые типы общеобразовательных учреждений (лицеи, гимназии и др.), причины их появления.
87. Технология преподавания физической культуры в новых типах общеобразовательных учреждений.
88. Проектирование преподавания физической культуры в средних специальных учебных заведениях.
89. Проектирование средств и методов, применяемых в обучении физической культуре в ССУЗах.
90. Планирование работы по физической культуре в ССУЗах.
91. Проектирование учета и контроля в процессе преподавания физической культуры в ССУЗах.
92. Проектирование учебных планов физической культуры в государственном образовательном стандарте для ССУЗов.

Аналитические задания

1. Анализ возможности применения системы проектного управления, исходя из целей, задач типовой структуры организации.
2. Анализ ресурсов и ограничений проектной деятельности.
3. Мониторинг внешней и внутренней среды проекта
4. Формирование команды проекта: параметры выбора оптимальных альтернатив.
5. Оценка модели организационной зрелости компании.
6. Разработка жизненного цикла проекта.
7. Организация взаимодействия участников проекта согласно целям и задачам проектной деятельности.
8. Способы и методы разработки проектов.
9. PEST-анализ.
10. Отраслевой анализ: понятие, основные показатели.
11. Оценка степени конкуренции в отрасли на основе модели «пяти сил» М. Портера
12. Проектирование мотивов к занятиям на уроках физической культуры (общие и конкретные).
13. Спроектировать этапы дидактических процессов, части обучения физкультурного образования.
14. Спроектировать пять стадий формирования двигательных навыков.
15. Составить проект деятельности учителя и учащихся на уроке физической культуры.
16. Проанализировать урок физической культуры в школе. Цель, схема и методы анализа.

17. Спланировать контроль на уроках физической культуры.
18. Проект контроля в учебно-воспитательном процессе у дошкольников на уроках физической культуры. Формы организации контроля, требования к контролю.
19. Этапы и проектирование подготовки учителя к уроку физической культуры.
20. Структура проекта процесса физкультурного обучения.
21. Сущность содержания программирования учебно-воспитательного процесса.
22. Виды, формы и методы программирования учебно-воспитательного процесса.
23. Модели физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных учреждениях.
24. Информационное проектирование в образовании физической культуры и спорта.
25. Требования для усовершенствования качества доступного физкультурного образования.
26. Дистанционная форма обучения по физической культуре и спорту. Сеть Internet. Преимущества и недостатки.
27. Информационные и коммуникативные технологии совершенствования сферы ФК и спорта.
28. Классификация и характеристика программных средств информационной технологии обучения физической культуре и спорту.

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата/магистратуры/специалитета в Российском государственном социальном университете и Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для зачета с оценкой, экзамену и системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

1. Стегний, В. Н. Социальное прогнозирование и проектирование : учебник для вузов / В. Н. Стегний. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 182 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07184-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492995>

5.1.2. Дополнительная литература

1. Москвин, С. Н. Управление проектами в сфере образования: учебное пособие для вузов / С. Н. Москвин. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 139 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11817-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496072>

2. Лимитовский, М. А. Инвестиционные проекты и реальные опционы на развивающихся рынках: учебное пособие для вузов / М. А. Лимитовский. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 486 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02878-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/488605>

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) «*Проектная деятельность*» предполагает изучение материалов дисциплины (модуля) на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме практических занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программой дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к занятию семинарского/практического типа

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

– консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач,

– самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной учебной программой тематики.

Обработка, обобщение полученных результатов практической работы проводится обучающимися самостоятельно или под руководством преподавателя (в зависимости от степени сложности поставленных задач). В результате оформляется индивидуальный отчет. Подготовленная к сдаче на контроль и оценку работа сдается преподавателю. Форма отчетности может быть письменная, устная или две одновременно. Главным результатом в данном случае служит получение положительной оценки по каждой лабораторной работе/практическому занятию. Это является необходимым условием при проведении рубежного контроля и допуска к зачету, зачету с оценкой, экзамену. При получении неудовлетворительных результатов обучающийся имеет право в дополнительное время пересдать преподавателю работу до проведения промежуточной аттестации.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Более подробная информация о самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы по дисциплине (модулю)», «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)».

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7
2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic
3. Справочная система Консультант+
4. Okular или Acrobat Reader DC

5. Ark или 7-zip
6. SKY DNS
7. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения дисциплины (модуля) «*Проектная деятельность*» в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура* используются:

Учебная аудитория для занятий семинарского типа: оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекционное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), видеофильмами (Серия из 20 фильмов «Физкультурно-оздоровительные проекты в общественных организациях», «Проекты в спорте», «Разработка проектов и индивидуальных планов для самостоятельных занятий физической культурой»).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть Интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

5.6 Образовательные технологии

При реализации дисциплины (модуля) «*Проектная деятельность (модуля)*» применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение дисциплины (Блок 1 модуля) «*Проектная деятельность (Блок 1 модуля)*» предусматривает использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий в форме мозгового штурма, круглого стола, тренингов постановки и прояснения

цели, разбора конкретных ситуаций, в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития **профессиональных** навыков обучающихся.

При освоении дисциплины (модуля) «*Проектная деятельность (модуля)*» предусмотрено применением электронного обучения.

Учебные часы дисциплины (модуля) «*Проектная деятельность (модуля)*» предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках дисциплины (модуля) «*Проектная деятельность (модуля)*» предусмотрены встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых связана с *направленностью* реализуемой основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1	Утверждена и введена в действие решением Ученого Совета факультета физической культуры на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. №940 и приказом Министерства науки и высшего образования от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные образовательные стандарты высшего образования»	Протокол заседания Ученого совета факультета № 10 от «01» июня 2022 года	01.09.2022



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«03» июня 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Гимнастика (Теория и методика базовых видов спорта)

Направление подготовки
«Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта) «Гимнастика» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата 49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

– 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;

– 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;

– 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»;

– 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»;

– 05.012 Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»

Рабочая программа дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта, модуль) разработана рабочей в составе: кандидат педагогических наук, доцент факультета физической культуры РГСУ Бакулина Е. Д., доцент факультета физической культуры РГСУ Петрова М. А.

Руководитель основной профессиональной образовательной программы к.п.н., доцент

Петрова М. А.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта, модуля) обсуждена и утверждена на Ученом совете факультета физической культуры. Протокол № 10 от «01» июня 2022 года

(наименование факультета)

Декан факультета физической культуры, доктор педагогических наук, доцент

Махов Александр Сергеевич

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта, модуля) рекомендована к утверждению представителями организаций-работодателей

Автономная некоммерческая организация «Профессиональный клуб женской гимнастики «Олимпия», Президент, тренер-преподаватель по спорту

Л.Н. Ступаченко

(подпись)

Рабочая программа учебной дисциплины рецензирована и рекомендована к утверждению:

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и адаптивной физической культуры Шуйского филиала ИвГУ

Е. А. Осокина

(подпись)

Доктор педагогических наук, профессор Факультета физической культуры РГСУ

В. Ю. Карпов

(подпись)

Согласовано Научная библиотека, директор

И.Г. Маляр

(подпись)

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы <i>бакалавриата</i>	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	4
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	28
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	28
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	30
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	34
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	34
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	36
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	46
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	46
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	46
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	69
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	70
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	72
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	72
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	72
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	73
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	73
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	75
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	76
5.6 Образовательные технологии	77
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	77

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта, модуля) заключается в получении обучающимися теоретических знаний в области теории и методики обучения гимнастики с последующим применением в профессиональной сфере и практических навыков, формирование принципов и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике; формирование содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, правила и организация соревнований способы оценки результатов обучения.

Задачи дисциплины (модуля):

В результате изучения курса выпускник должен решать следующие профессиональные задачи:

1. Подбирать методики проведения занятий по гимнастике с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;
2. Определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, в зависимости от поставленных задач;
3. Использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики;
4. Определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ гимнастики;
5. Определять задачи учебно-тренировочного занятия по гимнастике;
6. Подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса;
7. Подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся;
8. Раскрывать и интерпретировать методику обучения техники отдельных видов спортивных дисциплин по гимнастике;
9. Планировать содержание учебно-тренировочных занятий и планы проведения соревнований с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы *бакалавриата*

Дисциплина (модуль) «Гимнастика» (Теория и методика базовых видов спорта) реализуется в *обязательной* части основной образовательной программы по направлению подготовки «49.03.01 Физическая культура» очной, заочной формам обучения.

Изучение дисциплины (модуля) «Гимнастика» (Теория и методика базовых видов спорта) базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися ранее в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): «Физическая культура и спорт (модуля)», «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (модуля)».

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной (модулем):

- Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной

программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: УК-7; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ПК-1; ПК-6, в соответствии с основной профессиональной образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура*.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7.	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК - 7.2. самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.	Знать: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-

				<p>измерительных приборов и инвентаря.</p> <p>Уметь: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p> <p>Владеть: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа</p>
--	--	--	--	--

				своего физического состояния, физической подготовленности.
Планирование	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. дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель,	Знать: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения, - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; – возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; – физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные

			<p>задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение, подбирать методику проведения на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся,</p>	<p>понятия возрастной психологии, - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - структуру построения занятий, формы и способы планирования; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту;- терминологию, классификацию, принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и способы оценки результатов обучения; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;- средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки.</p> <p>Уметь: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастнo-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - применять биомеханические</p>
--	--	--	--	---

		<p>материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>	<p>технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение, подбирать методику проведения на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики,</p>
--	--	--	---

			<p>подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - раскрывать и интерпретировать методiku обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p> <p>Владеть опытом: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста</p>
--	--	--	---

				<p>учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>
<p>Воспитание</p>	<p>ОПК – 5.</p>	<p>Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</p>	<p>ОПК-5.2. Умеет: - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для</p>	<p>Знать: - закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся; - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе; - характеристику коллектива и основы его формирования в спорте; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; - организацию воспитательного процесса в образовательных организациях; - технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.</p> <p>Уметь: - решать воспитательные задачи на</p>

		<p>формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга. 	<p>занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками;</p> <ul style="list-style-type: none"> - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга. <p>Владеть опытом:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных
--	--	--	---

				<p>общеобразовательных программ; - составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом; - организации участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях.</p>
<p>Обеспечение безопасности</p>	<p>ОПК – 7.</p>	<p>Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>ОПК-7.2. - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм; - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за</p>	<p>Знать: - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.) - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе</p>

			<p>медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на</p>	<p>учебной и спортивной деятельности; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию,</p>
--	--	--	---	---

		<p>нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p>	<p>подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС.</p> <p>Уметь: - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм; - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждений; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; -</p>
--	--	--	---

			<p>разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений;</p> <p>- поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p> <p>Владеть опытом: - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведения инструктажа по технике</p>
--	--	--	---

				<p>безопасности на занятиях физической культурой и спортом - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.</p>
Профилактика допинга	ОПК 8.	Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	<p>ОПК-8.2. - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; -</p>	<p>Знать: - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления</p>

			<p>планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.</p>	<p>просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий.</p> <p>Уметь: - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и</p>
--	--	--	--	--

				<p>методическому обеспечению антидопинговых программ; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.</p> <p>Владеть:- проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; - изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; - внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; - анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; - разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций;</p>
--	--	--	--	--

				- осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов.
Профессиональное взаимодействие	ОПК – 10.	Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта	ОПК-10.2. - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения; - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами; - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; - предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся	Знать: - основы менеджмента, управления персоналом; - основы эффективных коммуникаций; - методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетними обучающимися, коллегами по работе; - методы консультирования, проведения мастер-классов, круглых столов; - нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи; - методы оценки качества и результативности работы подчиненных; - типичные психологические трудности занимающихся физической культурой и спортом; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного

			<p>физкультурно-спортивной деятельностью; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; - вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся; - определять цели и задачи деятельности спортивного актива; - контролировать и направлять работу спортивного актива; - определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта; - оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p>	<p>процесса, а также занятий двигательной рекреацией; - основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе; - методики подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p> <p>Уметь: - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения; - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами; - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; - предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в</p>
--	--	--	---	--

				<p>профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; - вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся; - определять цели и задачи деятельности спортивного актива; - контролировать и направлять работу спортивного актива; - определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта; - оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p> <p>Владеть - определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; - составления плана физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - распределения задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды); - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; - применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися физической культурой и</p>
--	--	--	--	---

				спортом; - анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.
Разработка и реализация программ спортивной подготовки	ПК-1	Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки	ПК-1.2.: использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся, вести первичную учетно-отчетную документацию по реализации программ спортивной подготовки в электронном и бумажном виде, выявлять проблемы в организации спортивной работы, предложить мероприятия по совершенствованию подготовки, использовать методы календарного планирования, использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности.	Знать: Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта(правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями); методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние, санитарно-гигиенические требования к организациям дополнительного образования, дошкольным, общеобразовательным, профессиональным образовательным организациям, организациям высшего и дополнительного профессионального образования, осуществляющим образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной

				<p>подготовки, подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на тренировочном этапе, методика преподавания, основы биомеханики, физиологии и гигиены спорта, режимы тренировочной работы, предельные тренировочные нагрузки, объем индивидуальной спортивной подготовки, методики контроля и оценки физической подготовленности обучающихся, методы планирования тренировочного процесса, современные методы тренировочной работы, порядок составления и ведения учетно-отчетной документации, нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией, основы работы с персональным компьютером, с электронной почтой, текстовыми редакторами, электронными таблицами и браузерами, правила внутреннего трудового распорядка, этические нормы в области спорта, правила охраны труда и пожарной безопасности.</p> <p>Уметь: использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся, вести первичную учетно-отчетную документацию по реализации программ спортивной подготовки в электронном и бумажном виде, выявлять проблемы в организации спортивной работы, предложить мероприятия по совершенствованию подготовки, использовать методы календарного планирования, использовать</p>
--	--	--	--	--

				<p>информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности.</p> <p>Владеть: Календарно-тематическим планированием и составлением расписания занятий по реализации программ на этапах спортивной подготовки в соответствии с локальными актами, целями и задачами физкультурно-спортивной организации, Организацией прохождения обучающимися контрольных процедур с целью с целью выполнения ими контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, установленных образовательными программами, разработка комплексной программы подготовки спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям по соответствующему направлению в работе, разработкой комплексных и индивидуальных планов подготовки спортсменов (команды) согласно утвержденным планам проведения спортивных мероприятий, систематическим учетом, анализом, обобщением результатов работы, в том числе с использованием электронных форм, оценка эффективности подготовки обучающихся с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности, внедрением современных методик подготовки обучающихся по программам этапа спортивной подготовки,</p>
--	--	--	--	---

				внесением коррективы в дальнейшую подготовку обучающихся.
Педагогическая деятельность	ПК-6.	Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства, приемы организации деятельности обучающихся	ПК-6.2: Анализировать динамику физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, выявлять проблемы в цикле тренировки, Обосновывать рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося для сохранения функционального состояния и спортивной формы, Использовать средства спортивной физиологии для анализа и разработки отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, программ спортивной подготовки, планов спортивной подготовки, Проводить консультирование тренеров по прикладным вопросам физиологии спорта в практике тренировочного и соревновательного процесса, Прогнозировать воздействие отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные	Знать: - Анатомия человека, Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, Физиология человека с основами биохимии, Основы медицинских знаний, диетология, Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий, Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки, физкультурно-оздоровительные технологии, Педагогические средства управления величиной и направленностью тренировочной нагрузки, Порядок составления отчетной документации по консультированию тренеров, занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки, спортивный мониторинг. Уметь: Анализировать динамику физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, выявлять проблемы в цикле тренировки, Обосновывать рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося для сохранения функционального состояния и спортивной формы, Использовать средства спортивной физиологии для анализа и разработки отдельных

			<p>средства представления информации при проведении выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров.</p>	<p>комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, программ спортивной подготовки, планов спортивной подготовки, Проводить консультирование тренеров по прикладным вопросам физиологии спорта в практике тренировочного и соревновательного процесса, Прогнозировать воздействие отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации при проведении выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров.</p> <p>Владеть: Ознакомлением педагога-тренера (группы тренеров), занимающихся с результатами контрольных мероприятий по оценке физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, а также с собственными выводами и рекомендациями, сделанными по результатам контрольных мероприятий, консультированием педагогов-тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам совершенствования общей физической и специальной подготовки занимающегося, содержанию самостоятельных тренировок, по вопросам спортивного и оздоровительного питания (диеты), Выполнением по запросу занимающегося, педагога (группы тренеров)</p>
--	--	--	---	--

				физиологических обоснований отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, прогнозированием воздействия данных мероприятий на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Разработкой планов и программ спортивной подготовки занимающихся в части, касающейся организации общей физической подготовки, специальной подготовки, Проведением публичных выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров по основам спортивной физиологии, организации общей физической подготовки, специальной подготовки
--	--	--	--	--

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 7 зачетных единиц.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры	
		1	2
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	126	36	90
Учебные занятия лекционного типа	24	8	16
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Практические занятия	46	12	34
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	40	12	28
Лабораторные занятия			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			

Иная контактная работа	56	16	40
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Самостоятельная работа обучающихся	81	27	54
Контроль промежуточной аттестации	45	9	36
Форма промежуточной аттестации	-	диф. зачет	экзамен
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	252	72	180

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Гим-ка Курс 1	
		Сессия 1-2	Сессия 3-4
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	56	32	24
Учебные занятия лекционного типа	12	8	4
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Практические занятия	16	8	8
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			

Лабораторные занятия			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Иная контактная работа	28	16	12
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	17	10	7
Самостоятельная работа обучающихся	183	108	75
Контроль промежуточной аттестации	13	4	9
Форма промежуточной аттестации	-	диф. зачет	экзамен
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	252	144	108

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/ практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Модуль 1. Гимнастика (1 семестр)										
РАЗДЕЛ 1. Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина	32	14	18	4		6	6			8
РАЗДЕЛ 2. История гимнастики, средства гимнастики	31	13	18	4		6	6			8
Контроль промежуточной аттестации (час)	9									
Общий объем, часов по модулю	63	27	36	8		12	12			16
Форма промежуточной аттестации	<i>диф. зачет, 9</i>									
Модуль 1. Гимнастика (2 семестр)										
РАЗДЕЛ 3. Методические особенности проведения занятий по гимнастики	28	10	18	4		6	6			8
РАЗДЕЛ 4. Развитие физических качеств средствами гимнастики	28	10	18	4		6	6			8
Раздел 5. Виды оздоровительной гимнастики. Их классификация.	28	10	18	4		6	4			8
Раздел 6. Формы и методика проведения занятий по гимнастике	30	12	18	2		8	6			8
Раздел 7. Организация и проведение соревнований по гимнастике	30	12	18	2		8	6			8
Контроль промежуточной аттестации (час)	36									

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками									
		Самостоятельная работа	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки	
Общий объем, часов по модулю	144	54	90	16		34	28			4	0
Форма промежуточной аттестации	Экзамен, 36										
Общий объем, часов по учебной дисциплине	252	81	126	24		46	40			5	6

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками									
		Самостоятельная работа	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки	
Модуль 1. Гимнастика 1 Курс (Сессия 1- 2)											
РАЗДЕЛ 1. Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина	34	26	8	2		2				4	2
РАЗДЕЛ 2. История гимнастики, средства гимнастики	34	26	8	2		2				4	2
РАЗДЕЛ 3. Методические	36	28	8	2		2				4	2

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/ практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
особенности проведения занятий по гимнастики										
РАЗДЕЛ 4. Развитие физических качеств средствами гимнастики	36	28	8	2		2				4
Контроль промежуточной аттестации (час)	4									
Общий объем, часов по модулю	140	108	32	8		8				16
Форма промежуточной аттестации	<i>диф. зачет</i>									
Модуль 1. Гимнастика 1 Курс (Сессия 3- 4)										
Раздел 5. Виды оздоровительной гимнастики. Их классификация.	32	24	8	2		2				4
Раздел 6. Формы и методика проведения занятий по гимнастике	33	25	8	2		2				4
Раздел 7. Организация и проведение соревнований по гимнастике	34	26	8			4				4
Контроль промежуточной аттестации (час)	9									
Общий объем, часов по модулю	99	75	24	4		8				12
Форма промежуточной аттестации	<i>экзамен</i>									
Общий объем, часов по учебной дисциплине	252	183	56	12		16				28

РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1. Гимнастика (1-2 семестр)							
РАЗДЕЛ 1. Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	реферат	2	кейс-задание
РАЗДЕЛ 2. История гимнастики, средства гимнастики	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	реферат	2	кейс-задание
РАЗДЕЛ 3. Методические особенности проведения занятий по гимнастики	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	Кейс-задание	2	Контрольная работа с аналитическими заданиями (задачи)
РАЗДЕЛ 4. Развитие физических качеств средствами гимнастики	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	доклад	2	Кейс-задание
Раздел 5. Виды оздоровительной гимнастики. Их классификация.	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	доклад	2	Кейс-задание
Раздел 6. Формы и методика проведения занятий по гимнастике	10	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	2	доклад	2	Кейс-задание

Раздел 7. Организация и проведение соревнований по гимнастике	11	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	3	доклад	2	Кейс-задание
Общий объем по модулю/семестру, часов,	81	42	-	25	-	14	-

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1. Гимнастика 1 курс (Сессия 1-2, Сессия 3-4)							
РАЗДЕЛ 1. Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	реферат	2	кейс-задание
РАЗДЕЛ 2. История гимнастики, средства гимнастики	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	реферат	2	кейс-задание
РАЗДЕЛ 3. Методические особенности проведения занятий по гимнастике	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Кейс-задание	2	Контрольная работа с аналитическими заданиями (задачи)
РАЗДЕЛ 4. Развитие физических качеств средствами гимнастики	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	доклад	2	Кейс-задание
Раздел 5. Виды оздоровительной гимнастики. Их классификация.	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	доклад	2	Кейс-задание

Раздел 6. Формы и методика проведения занятий по гимнастике	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	доклад	2	Кейс-задание
Раздел 7. Организация и проведение соревнований по гимнастике	27	15	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	доклад	2	Кейс-задание
Общий объем по модулю/семестру, часов,	183	99	-	70	-	14	-

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю) МОДУЛЬ 1.

РАЗДЕЛ 1. ГИМНАСТИКА КАК СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДИСЦИПЛИНА

Цель: формирование систематизированных знаний в области теории и методики базовых видов спорта.

Перечень изучаемых элементов содержания

Гимнастика, дисциплина, методические особенности, урок, техника безопасности, терминология.

Тема 1.1. Виды гимнастики и её методические особенности

Цель: Ознакомить студентов с видами гимнастики и ее методическими особенностями

Перечень изучаемых элементов содержания

Гимнастика в системе физического воспитания.

Методические особенности гимнастики. Виды гимнастики, новые направления, гимнастическое многоборье. Гимнастика как учебно-научная дисциплина.

Вопросы для самоподготовки:

1. Дать определение термину «Гимнастика»
2. Виды гимнастики
3. Средства гимнастики
4. Занятия гимнастикой в режиме учебного дня.
5. Внеклассная работа по гимнастике в школе.
6. Упражнения на осанку с детьми школьного возраста.
7. Гимнастические выступления и праздники.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

Тема 1.2. Техника безопасности на уроках гимнастики

Цель: Изучить технику безопасности на занятиях гимнастикой.

Перечень изучаемых элементов содержания

Техника безопасности. Страховка. Самостраховка. Требования к спортивным гимнастическим залам.

Вопросы для самоподготовки:

1. Техника безопасности на занятиях гимнастикой
2. Требования к спортивным гимнастическим залам.

Тема 1.3. Гимнастическая терминология

Цель: Изучить гимнастическую терминологию

Перечень изучаемых элементов содержания

Характеристика гимнастической терминологии. Способы образования терминов, правила сокращения. Формы и типы записи упражнений без предмета и с предметом, на снарядах, на гимнастической скамейке, стенке, в парах, акробатических и вольных упражнений. Особенности применения терминологии с детьми младшего школьного возраста

Вопросы для самоподготовки:

1. Гимнастическая терминология.
2. Изображение символов, обозначающих двигательные действия.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы. Анализ индивидуального проведения студентами строевых, ОРУ, упражнений на снарядах, страховки и помощи при выполнении упражнений.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1

Форма практического задания: реферат; эссе; доклад; кейс-задания; дискуссии; контрольная работа; курсовая работа, проект; практикум по решению задач; лабораторный/практический практикум, расчетно-графические работы; расчетное практическое задание и т.д.

Форма практического задания: реферат

Примерный перечень тем рефератов к Разделу 1:

1. Дать определение термину «Гимнастика»
2. Виды гимнастики
3. Средства гимнастики
4. Занятия гимнастикой в режиме учебного дня.
5. Внеклассная работа по гимнастике в школе.
6. Упражнения на осанку с детьми школьного возраста.
7. Гимнастическая терминология

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 1:

Форма рубежного контроля: кейс-задание к разделу 1.

Задание 1. Составить комплекс общеразвивающих упражнений (ОРУ) без предмета (25 упражнений). По заданию 1 варианты не предусмотрены. Каждый обучающийся составляет упражнения самостоятельно. Дублирующие друг друга комплексы не засчитаны.

Задание 2. Составить комплекс ОРУ с предметом или на (со) снарядом для детей младшего школьного возраста.

РАЗДЕЛ 2. ИСТОРИЯ ГИМНАСТИКИ, СРЕДСТВА ГИМНАСТИКИ

Цель: формирование систематизированные знания в области истории развития вида спорта, применяемых средств гимнастике на практике.

Тема 2.1. История развития гимнастики

Цель: Сформировать представление у студентов об истории развития гимнастики

Перечень изучаемых элементов содержания

Гимнастика в Древнем мире и в средних веках. Гимнастика в новое время. Влияние на развитие гимнастики внесли Ян Амос Каменский, Жан Жак Руссо, Генрих Песталоцци.

Три направления в гимнастике: гимнастическое, атлетическое, прикладное. Системы гимнастик: немецкая Ф. Ян; А. Шписс; Г.Фит. Швецкая: Петр Генрих Линг. Французская: Ф.Аморос. Сокольская: М.Тырш.

Вопросы для самоподготовки:

1. Краткий исторический обзор развития гимнастики.
2. Выступление отечественных гимнастов на олимпийских играх.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

Тема 2.2. Средства гимнастики

Цель: Знать задачи упражнений. Уметь применять их по назначению.

Перечень изучаемых элементов содержания

Общеразвивающие упражнения, упражнения с предметами, упражнения развивающие физические качества.

Вопросы для самоподготовки:

1. Разделение упражнений по анатомическому принципу.
2. Упражнения для контроля осанки.
3. Упражнения с предметами

Тема 2.3. Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения

Цель: Формирование знаний о строевых упражнениях в гимнастике. сформировать умение использовать ОРУ в процессе занятий физической культурой

Перечень изучаемых элементов содержания

Назначение строевых упражнений. Понятия: «стой», «шеренга», «колонна», «фронт», «фланг», «дистанция», «интервал», «направляющий», «закрывающий». Управление строем: точки зала, команды, распоряжения, сигналы, жесты. Группы строевых упражнений: строевые приёмы, построения и перестроения, передвижения, размыкания и смыкания. Фигурная маршировка. Особенности методики проведения строевых упражнений. Методика проведения ОРУ с гимнастическими предметами. ОРУ в движении, в парах. Методика проведения ОРУ с партнёром и в движении. Методика проведения ОРУ на гимнастических снарядах. Методика развития физических качеств с помощью ОРУ без предметов, с предметами, на снарядах и в парах

Вопросы для самоподготовки:

- 1.Строй и его разновидности
- 2.Углы, границы, точки зала.
3. Перестроение уступом из 1 шеренги в три
- 4.Способы расчёта
5. Перестроение из колонны по одному в колонну по 3 поворотом движений
6. Размыкание приставными шагами
- 7.Разновидности противходов. Команды.
- 8.Знать зачётные комбинации на снарядах
9. Гимнастическая терминология
- 10.Команда для движения в обход
- 11.Правила и формы записи гимнастических упражнений
- 12.Команда для движения в обход из разомкнутого строя
- 13.Команды для движения по углам и точкам зала
- 14.Основные положения рук. Записать 2 ОРУ.
- 15.Промежуточные положения рук. Записать 2 упражнения.
16. Положения согнутых рук. Записать 2 ОРУ.
17. Основные стойки ногами. Записать 2 ОРУ.

18. Положение ног и движение ногами. Записать 2 ОРУ.
20. Седы и приседы. Записать 2 ОРУ.
21. Упражнения в положении лёжа. Записать 2 ОРУ.
22. Методика проведения ОРУ отдельным способом

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2

Форма практического задания: реферат

Примерный перечень тем рефератов к Разделу 2:

1. Строй и его разновидности
2. Углы, границы, точки зала.
3. Перестроение уступом из 1 шеренги в три
4. Способы расчёта
5. Перестроение из колонны по одному в колонну по 3 поворотом движений
6. Размыкание приставными шагами
7. Разновидности противоходов. Команды.
8. Знать зачётные комбинации на снарядах
9. Гимнастическая терминология
10. Команда для движения в обход
11. Правила и формы записи гимнастических упражнений
12. Команда для движения в обход из разомкнутого
13. Основные положения рук. Записать 2 ОРУ.
14. Промежуточные положения рук. Записать 2 упражнения.
15. Положения согнутых рук. Записать 2 ОРУ.
16. Основные стойки ногами. Записать 2 ОРУ.
17. Положение ног и движение ногами. Записать 2 ОРУ.
18. Седы и приседы. Записать 2 ОРУ.
19. Упражнения в положении лёжа. Записать 2 ОРУ.
20. Методика проведения ОРУ отдельным способом строя
21. Команды для движения по углам и точкам зала

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 2:

Форма рубежного контроля: кейс-задание к разделу 2.

Задание 1. Проведение комплекса ОРУ различными способами с группой занимающихся.

По заданию 1 варианты не предусмотрены. Каждый обучающийся составляет упражнения самостоятельно. Дублирующие друг друга комплексы не засчитаны.

Задание 2. Составить комплекс ОРУ с предметом для детей среднего школьного возраста.

Проведение комплекса ОРУ различными способами с группой занимающихся.

РАЗДЕЛ 3. МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ГИМНАСТИКЕ

Цель: формирование систематизированных знаний в области составления конспекта урока, основы техники гимнастических упражнений, предупреждения травматизма на занятиях.

Тема 3.1. Составление конспекта урока по гимнастике

Цель: научить студентов правильно составлять и оформлять конспект занятий по гимнастике.

Перечень изучаемых элементов содержания

Задачи урока. Оформление конспекта урока.

Подготовительная, основная и заключительная часть. Плотность урока.

Вопросы для самоподготовки:

1. Планирование и учет учебной работы по гимнастике.

2. Написание конспектов уроков для: начальных классов, средней школы, старшей школы.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

Тема 3.2. Основы техники гимнастических упражнений

Цель: научить студентов правильно выполнять базовые гимнастические упражнения.

Перечень изучаемых элементов содержания: Структура гимнастического упражнения, содержание упражнения, форма упражнения, техника гимнастического упражнения и ее виды (образцовая, рациональная)

Вопросы для самоподготовки:

1. Техника гимнастического упражнения
2. Техника исполнения гимнастического упражнения
3. Статические и динамические упражнения

Тема 3.3. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике

Цель: научить студентов правильно предупреждать травмы на занятиях по гимнастике

Перечень изучаемых элементов содержания: Причины травматизма. Цели профилактики травматизма. Характеристика травм: легкие, средние, тяжелые. Меры по предупреждению травм. Рекомендации преподавателю. Страховка. Разновидности физической помощи. Обязанности страхующего. Помощь. Применение приемов страховки, помощи и само страховки.

Вопросы для самоподготовки:

1. Предупреждение травматизма на занятиях гимнастикой в школе.
2. Страховка и помощь на занятиях гимнастикой в школе.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы. Выполнение строевых упражнений и строевых движений студентами.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 3

Форма практического задания: кейс-задание

1. **Задание:** Разработать комплекс по обучению кувыркам вперед для детей младшего школьного возраста.
2. **Задание:** Разработать комплекс по обучению кувыркам назад для детей младшего школьного возраста.
3. **Задание:** Разработать комплекс по обучению стойке на лопатках для детей младшего школьного возраста.
4. **Задание:** Разработать комплекс по обучению стойке на голове и руках для детей среднего школьного возраста.
5. **Задание:** Разработать комплекс по обучению стойке на руках для детей старшего школьного возраста
6. **Задание:** Разработать комплекс по обучению мосту из положения лежа на спине. для детей младшего школьного возраста

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 3: контрольная работа

Составить конспект урока физической культуры по теме «Гимнастика» (обучение акробатическим элементам).

1. **Задание:** Разработать и провести комплекс по обучению перевороту боком (колесо) детей

младшего школьного возраста.

- 2. Задание:** Разработать и провести комплекс по обучению акробатической комбинации из 4 элементов детей среднего школьного возраста.
- 3. Задание:** Разработать и провести комплекс по обучению акробатической комбинации из 4 элементов для детей старшего школьного возраста

РАЗДЕЛ 4. РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ СРЕДСТВАМИ ГИМНАСТИКИ

Цель: формирование систематизированных знаний в области развития физических качеств у занимающихся на уроках гимнастики, основы техники гимнастических упражнений, предупреждения травматизма на занятиях, классификацию оздоровительной гимнастики, формы и методики проведения занятий.

Тема 4.1. Физическое качество гибкость. Развитие гибкости средствами гимнастики.

Цель: Ознакомить студентов с гимнастическими упражнениями развивающие гибкость.

Перечень изучаемых элементов содержания

Физические упражнения развивающие гибкость. Техника выполнения упражнений.

Методические особенности упражнений.

Вопросы для самоподготовки:

1. Дать определение физическим качествам.
2. Средства гимнастики
3. Возрастные особенности развития гибкости.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

Тема 4.2. Физические качества. Координационные способности. Развитие координационных способностей средствами гимнастики.

Цель: Ознакомить студентов с гимнастическими упражнениями развивающие скоростно-силовых качества.

Перечень изучаемых элементов содержания

Физические упражнения развивающие координационные способности. Техника выполнения упражнений.

Методические особенности упражнений.

Вопросы для самоподготовки:

1. Дать определение физическим качествам.
2. Средства гимнастики
3. Возрастные особенности развития

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

Тема 4.3. Физическое качество выносливость и скоростно-силовые качества. Развитие скоростно-силовых качеств средствами гимнастики. Развитие выносливости средствами гимнастики.

Цель: Ознакомить студентов с гимнастическими упражнениями развивающие выносливость.

Перечень изучаемых элементов содержания

Физические упражнения развивающие выносливость. Техника выполнения упражнений.

Методические особенности упражнений.

Вопросы для самоподготовки:

1. Дать определение физическим качествам.

2. Средства гимнастики
3. Возрастные особенности развития выносливости.
4. Возрастные особенности развития скоростно-силовых качеств.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 4

Форма практического задания: доклад

Примерный перечень тем докладов к Разделу 4:

1. ОРУ как средство укрепления сердечно-сосудистой и дыхательной системы.
3. ОРУ как средство развития силы (методика развития).
4. ОРУ как средство развития гибкости (методика развития).
5. ОРУ как средство развития координационных способностей (методика развития).
6. Средство развития выносливости (методика развития) в гимнастике.
7. Средство развития скоростно-силовых качеств (методика развития) в гимнастике.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 4:

форма рубежного контроля: кейс-задание к разделу 4.

1. **Задание:** Разработать и провести комплекс по обучению продольным шпагатам, для детей младшего школьного возраста.
2. **Задание:** Разработать и провести комплекс по обучению поперечным шпагатам для детей среднего школьного возраста.
3. **Задание:** Разработать и провести комплекс по обучению равновесию («ласточка») для детей младшего школьного возраста
4. **Задание:** Разработать и провести комплекс по обучению мосту из положения лежа на спине. для детей младшего школьного возраста
5. **Задание:** Разработать и провести комплекс по обучению мосту из положения стоя, наклоном назад, встать с моста с поворотом в упор присев для детей среднего школьного возраста.
6. **Задание:** Разработать и провести комплекс по обучению мосту из положения стоя, наклоном назад, встать с моста в положение стоя для детей старшего школьного возраста.
7. **Задание:** Разработать и провести комплекс по обучению прыжку «в шпагат» для детей младшего школьного возраста
8. **Задание:** Разработать и провести комплекс по обучению прыжку «разножка» для детей среднего школьного возраста

Каждый обучающийся составляет упражнения самостоятельно. Дублирующие друг друга комплексы не засчитаны.

РАЗДЕЛ 5. ВИДЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ. ИХ КЛАССИФИКАЦИЯ.

Цель: формирование систематизированных знаний в области оздоровительной и лечебной гимнастики, видах и методических особенностях проведения занятий.

Тема 5.1. Виды оздоровительной гимнастики спортивной направленности и её методические особенности

Цель: Ознакомить студентов с видами оздоровительной гимнастики и ее методическими особенностями

Перечень изучаемых элементов содержания

Оздоровительная гимнастика спортивной направленности в системе физического воспитания.

Методические особенности гимнастики. Виды гимнастики, новые направления, Гимнастика как учебно-научная дисциплина.

Вопросы для самоподготовки:

1. Дать определение термину «массовая гимнастика»
2. Классификация видов гимнастики
3. Средства гимнастики
4. Занятия гимнастикой в режиме учебного дня.
5. Внеклассная работа по гимнастике в школе.
6. Упражнения на осанку с детьми школьного возраста.
7. Гимнастические выступления и праздники.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

Тема 5.2. Виды оздоровительной гимнастики и методические особенности проведения занятий

Цель: Ознакомить студентов с видами оздоровительной гимнастики и ее методическими особенностями

Перечень изучаемых элементов содержания

Оздоровительная гимнастика в системе физического воспитания.

Методические особенности гимнастики. Виды гимнастики, новые направления, оздоровительная гимнастика как учебно-научная дисциплина.

Вопросы для самоподготовки:

1. Дать определение термину «оздоровительная гимнастика»
2. Классификация гимнастики
3. Средства гимнастики
4. Занятия гимнастикой в режиме учебного дня.
5. Внеклассная работа по гимнастике в школе.
6. Упражнения на осанку с детьми школьного возраста.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

Тема 5.3. Виды лечебной гимнастики и её методические особенности

Цель: Ознакомить студентов с проведением лечебной гимнастики и ее методическими особенностями

Перечень изучаемых элементов содержания

Лечебная гимнастика в системе физического воспитания (группы ЛФК).

Методические особенности гимнастики.

Вопросы для самоподготовки:

1. Дать определение термину «Лечебная физическая культура»
2. Средства гимнастики
3. Занятия ЛФК в режиме учебного дня.
5. Упражнения на осанку с детьми школьного возраста.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 5

Форма практического задания: доклад

Примерный перечень тем докладов к Разделу 1:

1. Методика занятий атлетической гимнастикой
2. Особенности методики занятий ритмической гимнастики.
3. Виды подразделения прикладной гимнастики.
4. Виды оздоровительной гимнастики.
5. Многоборье в художественной гимнастике. Личные и групповые упражнения.
6. Классификация спортивных видов гимнастики.
7. Многоборье мужское и женское в спортивной гимнастике. Личные и командные соревнования.
8. Дать характеристику лечебной гимнастики.
9. Формы занятий производственной гимнастики.
10. Какие задачи решает гигиеническая гимнастика?
11. Виды подразделяется спортивная акробатика?

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 5:

форма рубежного контроля: кейс-задание к разделу 5.

Задание 1. Составить и провести комплекс упражнений атлетической гимнастики.

Задание 2. Составить и провести комплекс упражнений ритмической гимнастики.

Задание 3. Составить и провести комплекс упражнений художественной гимнастики.

Задание 4. Составить и провести комплекс упражнений спортивной гимнастики.

Задание 5. Составить и провести комплекс упражнений производственной гимнастики.

Задание 6. Составить и провести комплекс упражнений лечебной гимнастики.

Каждый обучающийся составляет упражнения самостоятельно. Дублирующие друг друга комплексы не засчитаны.

РАЗДЕЛ 6. ФОРМЫ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ГИМНАСТИКИ

Цель: формирование систематизированных знаний в области методики проведения занятий по гимнастике.

Тема 6.1. Особенности методики проведения урока в школе

Цель: Ознакомить студентов с проведения урока гимнастики в школе и ее методическими особенностями

Перечень изучаемых элементов содержания

Гимнастика в системе физического воспитания в школе, в высших учебных заведениях, на производстве. Методические особенности проведения урока по гимнастике. Малые формы проведения занятий.

Вопросы для самоподготовки:

1. Дать определение формы проведения занятий по гимнастике
2. Средства гимнастики
4. Занятия гимнастикой в режиме учебного и трудового дня.
5. Внеклассная работа и дополнительные занятия по гимнастике в школе.
6. Формы занятий проведения гимнастики
7. Выполнение домашних заданий по гимнастике

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 6

Форма практического задания: доклад

Примерный перечень тем докладов к Разделу 6:

1. Требования к местам проведения занятий.
2. Средства гимнастики
4. Занятия гимнастикой в режиме учебного и трудового дня.
5. Внеклассная работа и дополнительные занятия по гимнастике в школе.
6. Формы занятий проведения гимнастики

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 6:

форма рубежного контроля: кейс-задание к разделу 6.

1. Дать характеристику процесса обучения на этапе ознакомления с изучаемым упражнением, создания о нем предварительного представления.
2. Дать характеристику процесса обучения на этапе разучивания упражнения.
3. Дать характеристику процесса обучения на этапе закрепления и совершенствования техники исполнения упражнения.
4. Методы, условия и приемы успешного обучения гимнастическим упражнениям (словесный метод, метод наглядной демонстрации, метод целостного и расчлененного упражнения, подготовительные и подводящие упражнения, использование ориентиров и др.). Обучение: целостный и раздельный методы, подача команд, подсчет, исправление ошибок. Порядок действий преподавателя при проведении с места и с ходу.
5. Обучение отдельным физическим упражнениям (ОРУ). Способы информирования: по показу, по рассказу, обычным, имитационным. Способы разучивания: целостный и раздельный. Предупреждение и исправление ошибок: подсказывающий (зеркальный) показ, словесный подсказ во время исполнения, физическая помощь, фиксация, замедленное исполнение, повторный показ с уточнением положений звеньев тела, характера исполнения.
6. Методические особенности гимнастики (разностороннее воздействие на организм, разнообразие упражнений — средств гимнастики, избирательное воздействие упражнений, регламентация занятий и точное регулирование нагрузки и т.д.).

Раздел 7. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ГИМНАСТИКЕ

Цель: Изучить структуру проведения соревнований различного уровня.

Перечень изучаемых элементов содержания

Организация соревнований. Положение о соревнованиях. Судейская коллегия.

Вопросы для самоподготовки:

1. Подготовка места соревнований.
2. Составление положения о соревнованиях.
3. Назначение судейских коллегий.
4. Требования мер безопасности к спортивным гимнастическим залам.

Тема 7.1. Организация спортивно-массовых гимнастических праздников

Цель: Изучить организацию спортивно-массовых гимнастических праздников

Перечень изучаемых элементов содержания

Спортивный праздник. Задачи спортивного праздника. Демонстрация спортивных достижений. Пропаганда здорового образа жизни. Составление плана-сценария праздника

Вопросы для самоподготовки:

1. Подготовка сценария праздника.
2. Структура праздника.
3. Проведение праздника.
4. Значение гимнастических выступлений.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы. Анализ индивидуального проведения студентами строевых, ОРУ, упражнений на снарядах, страховки и помощи при выполнении упражнений.

Форма практического задания: доклад

Примерный перечень тем докладов к Разделу 7:

1. Гимнастические выступления и праздники.
2. Выступление отечественных гимнастов на олимпийских играх.
3. План проведения соревнований.
4. План проведения спортивного гимнастического праздника

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 7:

форма рубежного контроля: кейс-задание к разделу 7.

Составить сценарий спортивного праздника. Спроектировать церемонию открытия и закрытия спортивного соревнования. Определить приглашенных лиц на соревнования и их участие.

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является **дифференцированный зачет, экзамен** который проводится в **устной/письменной** форме.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
УК-7.	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК - 7.1.Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике	Этап формирования знаний

		<p>двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря.</p>	
		<p>УК - 7.2. Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p>	<p>Этап формирования умений</p>
		<p>УК - 7.3. Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.	
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. Знает: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения. - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно- двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - химический состав организма человека; - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы	Этап формирования знаний

		<p>развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту;</p> <p>- терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-</p>	
--	--	--	--

		<p>тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;</p> <p>- терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p>	
		<p>ОПК -1.2. Умеет: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически</p>	
--	--	---	--

		<p>обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>	
		<p>ОПК - 1.3. Имеет опыт: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике,</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочный занятий по ИВС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>	
ОПК – 5.	<p>Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</p>	<p>ОПК - 5.1. Знает: - закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся; - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе; - характеристику коллектива и основы его формирования в спорте; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; - организацию воспитательного процесса в образовательных</p>	<p>Этап формирования знаний</p>

		<p>организациях; - технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.</p>	
		<p>ОПК-5.2. Умеет: - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга.</p>	<p>Этап формирования умений</p>
		<p>ОПК-5.3 Владеет опытом: - подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ; - составления</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом; - организации участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях.	
ОПК – 7.	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	ОПК-7.1 Знает: - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержания; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.) - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы	Этап формирования знаний

		<p>оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;</p> <p>- правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом;</p> <p>- приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке. - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</p> <p>- особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп;</p> <p>- специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике</p>	
--	--	--	--

		<p>безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС.</p>	
		<p>ОПК-7.2. Умеет: - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; -проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p>	
		<p>ОПК-7.3. Имеет опыт измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведения инструктажа по</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.</p>	
ОПК 8.	Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	<p>ОПК-8.1. Знает: - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ</p>	Этап формирования знаний

		<p>и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий.</p>	
		<p>ОПК-8.2. Умеет: - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.</p>	<p>Этап формирования умений</p>
		<p>ОПК-8.3 Имеет опыт - выбора формы и способа проведения профилактического</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>информационного антидопингового мероприятия;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; - изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; - внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; - выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ; - анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; - разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций; - осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов. 	
ОПК – 10.	<p>Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта</p>	<p>ОПК-10.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы менеджмента, управления персоналом; - основы эффективных коммуникаций; - методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетними обучающимися, коллегами по работе; - методы 	<p>Этап формирования знаний</p>

		<p>консультирования, проведения мастер-классов, круглых столов; - нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи; - методы оценки качества и результативности работы подчиненных; - типичные психологические трудности занимающихся физической культурой и спортом; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией; - основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе; - методики подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p>	
		<p>ОПК-10.2. Умеет: - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения; - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами; - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; - предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; - вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся; - определять цели и задачи деятельности спортивного актива; - контролировать и направлять работу спортивного актива; - определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта; - оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p>	
		<p>ОПК-10.3. Имеет опыт определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; - составления плана физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - распределения задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды); - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>волонтеров в области физической культуры и спорта; - применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися физической культурой и спортом; - анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.</p>	
ПК-1.	<p>Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки</p>	<p>ПК-1.1. Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями); методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние, санитарно-гигиенические требования к организациям дополнительного образования, дошкольным, общеобразовательным, профессиональным образовательным организациям, организациям высшего и дополнительного профессионального образования, осуществляющим образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, содержание и</p>	<p>Этап формирования знаний</p>

		<p>соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки, подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на тренировочном этапе, методика преподавания, основы биомеханики, физиологии и гигиены спорта, режимы тренировочной работы, предельные тренировочные нагрузки, объем индивидуальной спортивной подготовки, методики контроля и оценки физической подготовленности обучающихся, методы планирования тренировочного процесса, современные методы тренировочной работы, порядок составления и ведения учетно-отчетной документации, нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией, основы работы с персональным компьютером, с электронной почтой, текстовыми редакторами, электронными таблицами и браузерами, правила внутреннего трудового распорядка, этические нормы в области спорта, правила охраны труда и пожарной безопасности.</p>	
		<p>ПК-1.2. Умения: использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся, вести первичную учетно-отчетную документацию по реализации программ спортивной подготовки в электронном и бумажном виде, выявлять проблемы в организации спортивной работы, предложить мероприятия по совершенствованию подготовки, использовать методы календарного</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>планирования, использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности.</p>	
		<p>ПК - 1.3. Владеть опытом: Календарно-тематическим планированием и составлением расписания занятий по реализации программ на этапах спортивной подготовки в соответствии с локальными актами, целями и задачами физкультурно-спортивной организации, Организацией прохождения обучающимися контрольных процедур с целью с целью выполнения ими контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, установленных образовательными программами, разработка комплексной программы подготовки спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям по соответствующему направлению в работе, разработкой комплексных и индивидуальных планов подготовки спортсменов (команды) согласно утвержденным планам проведения спортивных мероприятий, систематическим учетом, анализом, обобщением результатов работы, в том числе с использованием электронных форм, оценка эффективности подготовки обучающихся с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности, внедрением современных методик подготовки обучающихся по программам этапа спортивной подготовки, внесением коррективы в дальнейшую подготовку обучающихся.</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

ПК-6.	Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства, приемы организации деятельности обучающихся	<p>ПК-6 Знать: - Анатомия человека, Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, Физиология человека с основами биохимии, Основы медицинских знаний, диетология, Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий, Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки, физкультурно-оздоровительные технологии, Педагогические средства управления величиной и направленностью тренировочной нагрузки, Порядок составления отчетной документации по консультированию тренеров, занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки, спортивный мониторинг.</p>	Этап формирования знаний
		<p>ПК – 6.2. Уметь: Анализировать динамику физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, выявлять проблемы в цикле тренировки, Обосновывать рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося для сохранения функционального состояния и спортивной формы, Использовать средства спортивной физиологии для анализа и разработки отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, программ спортивной подготовки, планов спортивной подготовки, Проводить консультирование тренеров по прикладным вопросам физиологии спорта в практике тренировочного и соревновательного процесса, Прогнозировать воздействие отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Использовать</p>	Этап формирования умений

		<p>технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации при проведении выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров.</p>	
		<p>ПК- 6.3. Владеть: Ознакомлением педагога-тренера (группы тренеров), занимающихся с результатами контрольных мероприятий по оценке физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, а также с собственными выводами и рекомендациями, сделанными по результатам контрольных мероприятий, консультированием педагогов-тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам совершенствования общей физической и специальной подготовки занимающегося, содержанию самостоятельных тренировок, по вопросам спортивного и оздоровительного питания (диеты), Выполнением по запросу занимающегося, педагога (группы тренеров) физиологических обоснований отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, прогнозированием воздействия данных мероприятий на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Разработкой планов и программ спортивной подготовки занимающихся в части, касающейся организации общей физической подготовки, специальной подготовки,</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		Проведением публичных выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров по основам спортивной физиологии, организации общей физической подготовки, специальной подготовки	
--	--	--	--

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
УК-7; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ПК-1; ПК-6	Этап формирования знаний.	<p>Теоретический блок вопросов.</p> <p>Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал</p>	<p>1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок: (9-10] баллов;</p> <p>2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения: [8-9) баллов;</p> <p>3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала: (6-8) баллов;</p> <p>4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки: [0-6) баллов.</p>

<p>УК-7; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ПК-1; ПК-6</p>	<p>Этап формирования умений</p>	<p>Аналитическое задание (<i>ситуационные задания, кейсы, доклады, рефераты, контрольные работы</i>)</p> <p>Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10] баллов; 2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов;</p>
<p>УК-7; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ПК-1; ПК-6</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта.</p>	<p>Аналитическое задание (<i>ситуационные задания, кейсы, доклады, рефераты, контрольные работы</i>)</p> <p>Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.</p>	<p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов; 4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6] баллов.</p>

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Теоретический блок вопросов:

МОДУЛЬ 1. ГИМНАСТИКА.

Теоретический блок вопросов:

1. Дать определение термину «Гимнастика»
2. Виды гимнастики
3. Средства гимнастики
4. Строй и его разновидности
5. Углы, границы, точки зала.

6. Основные положения рук. Записать 2 ОРУ.
7. Промежуточные положения рук. Записать 2 упражнения.
8. Положения согнутых рук. Записать 2 ОРУ.
9. Основные стойки ногами. Записать 2 ОРУ.
10. Положение ног и движение ногами. Записать 2 ОРУ.
11. Седы и приседы. Записать 2 ОРУ.
12. Упражнения в положении лёжа. Записать 2 ОРУ.
13. Методика проведения ОРУ отдельным способом
14. Перестроение из 1 шеренги в 2 и обратно
15. Перестроение из 1 в 3 шеренги и обратно

Аналитические задания в виде рефератов Примерные темы рефератов

1. Краткий исторический обзор развития гимнастики.
2. Выступление отечественных гимнастов на олимпийских играх.
3. Гимнастическая терминология.
4. Планирование и учет учебно-тренировочной работы по гимнастике.
5. Предупреждение травматизма на занятиях гимнастикой в школе.
6. Страховка и помощь на занятиях гимнастикой в школе.
7. Урок – основная форма организации занятий гимнастикой в школе.
8. Плотность урока и методические приемы ее регулирования.
9. Строевые упражнения на уроках физической культуры в 1–8 классах.
10. Общеобразовательные упражнения на уроках физической культуры в 1–11 классах.
11. Упражнения в равновесии на уроках физической культуры в 1–8 классах, 9 – 11 классах.
12. Прыжки простые на уроках физической культуры в 1 – 4 классах.
13. Опорные прыжки на уроках физической культуры 5 – 8 классах, 9 – 11 классах.
14. Акробатика на уроках физической культуры в 1 – 4 классах.
15. Акробатика на уроках физической культуры в 5 – 8 классах.

Теоретический блок вопросов:

1. Команды для остановки строя
2. Команды для перехода с шага на бег и обратно
3. Перестроение уступом из 1 шеренги в три
4. Способы расчёта
5. Перестроение из колонны по одному в колонну по 3 поворотом движений
6. Размыкание приставными шагами
7. Разновидности противоходов. Команды.
8. Знать зачётные комбинации на снарядах
9. Гимнастическая терминология
10. Команда для движения в обход
11. Правила и формы записи гимнастических упражнений
12. Команда для движения в обход из разомкнутого строя
13. Команды для движения по углам и точкам зала

Аналитическое задание (*задачи, ситуационные задания, кейсы, проблемные ситуации и т. д.*):

16. Акробатика на уроках физической культуры в 9 – 11 классах.
17. Упражнения в висах и упорах на уроках физической культуры в 5 – 8 классах.

18. Упражнения в висах и упорах на уроках физической культуры в 9 – 11 классах.
19. Занятия гимнастикой в режиме учебного дня.
20. Внеклассная работа по гимнастике в школе.
21. Упражнения на осанку с детьми школьного возраста.
22. Гимнастические выступления и праздники.
23. Организация и проведение соревнований по гимнастике.
24. Влияние кругового метода проведения уроков гимнастики на физическую подготовленность учащихся.
25. Использование игровых заданий на уроках гимнастики.
26. Использование метода программирования на уроках гимнастики.
27. Методика применения общеразвивающих упражнений для развития физических качеств (силы, гибкости, ловкости, координации) у учащихся.
28. Содержание занятий ритмической гимнастикой.

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата/магистратуры/специалитета в Российском государственном социальном университете и Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для зачета с оценкой,.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

1. Димова, А. Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: учебник для вузов / А. Л. Димова. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 428 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14068-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496660>
2. Физическая культура и спорт: учебное пособие: [16+] / Т. В. Колтошова, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова [и др.] ; Омский государственный технический университет. – Омск: Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2020. – 169 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=682103> . – ISBN 978-5-8149-3001-9. – Текст: электронный.

5.1.2. Дополнительная литература

1. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика: учебное пособие для вузов / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 173 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06290-8. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491684>

1. Григорьев, О. А. Организация физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере: учебное пособие для вузов / О. А. Григорьев, Е. А. Стеблецов. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 261 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12478-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496193>

2. Дворкин, Л. С. Атлетическая гимнастика. Методика обучения: учебное пособие для вузов / Л. С. Дворкин. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 148 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11034-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494024>

3. Теория и методика избранного вида спорта: учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492815>

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Гимнастика» предполагает изучение материалов дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта, модуля) на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия

проходят в форме лекций, семинаров и практических занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программой дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач;
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной учебной программой тематики.

Обработка, обобщение полученных результатов практического занятия проводится обучающимися самостоятельно или под руководством преподавателя (в зависимости от степени сложности поставленных задач). В результате оформляется индивидуальный отчет. Подготовленная к сдаче на контроль и оценку работа сдается преподавателю. Форма отчетности

может быть письменная, устная или две одновременно. Главным результатом в данном случае служит получение положительной оценки по каждому практическому занятию. Это является необходимым условием при проведении рубежного контроля и допуска к экзамену. При получении неудовлетворительных результатов обучающийся имеет право в дополнительное время передать преподавателю работу до проведения промежуточной аттестации.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Более подробная информация о самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы по дисциплине (Теория и методика базовых видов спорта модулю)», «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (Теория и методика базовых видов спорта)»).

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7
2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic
3. Справочная система Консультант+
4. Okular или Acrobat Reader DC
5. Ark или 7-zip
6. SKY DNS
7. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по	https://urait.ru/

		различным дисциплинам.	
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Гимнастика,» (Теория и методика базовых видов спорта модуля) в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура* используются:

Учебная аудитория для занятий лекционного типа оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), видеофильмами (Серия из 20 фильмов «Гимнастика ее виды и разновидности, особенности тренировки, Гимнастика и соревновательный процесс»).

Учебная аудитория для занятий семинарского типа: оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

Реализация учебной дисциплины в форме практических занятий требует наличия спортивных залов, учебно-тренировочной базы, зала силовой подготовки, раздевалок, душевых.

Оборудование спортивных залов: мячи, гимнастические маты, гимнастические палки, скакалки, скамейки.

Оборудование залов силовой подготовки: тренажеры на свободных весах, блочные тренажеры, кардиотренажеры, грифы, диски, гантели, штанги, гимнастические палки, скакалки, скамейки.

Оборудование раздевалок: скамейки, шкафчики для одежды.

Спортивные объекты:

Наименование объекта	Адрес	Площадь объекта	Количество занимающихся
Плоскостное сооружение	Лосиноостровская, дом 24	300 м ²	80-100 (одновременно)
Плоскостное сооружение	В.Пика дом 4 стр. 1	210 м ²	30-80 (одновременно)
Спортивный зал	Лосиноостровская, дом 24	240 м ²	45-60
Тир	Лосиноостровская, дом 24	25,7 м ²	20-25
Тренажерный зал	Лосиноостровская, дом 30а	48,3 м ²	15-25

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть Интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

5.6 Образовательные технологии

При реализации дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Гимнастика» применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Гимнастика» предусматривает использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий в форме разбора конкретных ситуаций в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития **профессиональных** навыков обучающихся.

При освоении дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Гимнастика» предусмотрено применением электронного обучения.

Учебные часы дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Гимнастика» предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Гимнастика» предусмотрены встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых связана с *направленностью* реализуемой основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата/магистратуры/специалитета.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1	Утверждена и введена в действие решением Ученого Совета факультета физической культуры на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. №940 и приказом Министерства науки и высшего образования от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные образовательные стандарты высшего образования»	Протокол заседания Ученого совета факультета № 10 от «01» июня 2022 года	01.09.2022



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«03» июня 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Легкая атлетика (МОДУЛЯ)

Направление подготовки
«Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Легкая атлетика (модуля)» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата 49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

- 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;
- 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;
- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»;
- 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»;
- 05.012 Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»

Рабочая программа дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта, модуль) разработана рабочей в составе: доцент факультета физической культуры и спорта РГСУ Маринина Н.Н., кандидат педагогических наук, доцент факультета физической культуры РГСУ Петрова М. А.

Руководитель основной профессиональной образовательной программы к.п.н., доцент

Петрова М. А.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта, модуль) обсуждена и утверждена на Ученом совете факультета физической культуры. Протокол № 10 от «01» июня 2022 года

(наименование факультета)

Декан факультета физической культуры, доктор педагогических наук, доцент

Махов Александр Сергеевич

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта, модуль) рекомендована к утверждению представителями организаций-работодателей

Автономная некоммерческая организация «Профессиональный клуб женской гимнастики «Олимпия», Президент, тренер-преподаватель по спорту

Л.Н. Ступаченко

(подпись)

Рабочая программа учебной дисциплины рецензирована и рекомендована к утверждению:

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и адаптивной физической культуры Шуйского филиала ИвГУ

Е. А. Осокина

(подпись)

Доктор педагогических наук, профессор Факультета физической культуры РГСУ

В. Ю. Карпов

(подпись)

Согласовано Научная библиотека, директор

И.Г. Маляр

(подпись)

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы <i>бакалавриата</i>	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	4
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	28
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	28
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	30
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	34
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	34
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	37
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	47
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	47
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	47
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	70
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	71
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	74
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	74
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	74
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля).....	75
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	75
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	77
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	77
5.6 Образовательные технологии	78
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	79

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта, модуля) заключается в получении обучающимися теоретических знаний в области теории и методики обучения легкой атлетики с последующим применением в профессиональной сфере и практических навыков, формирование принципов и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по легкой атлетике; формирование содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств легкой атлетики, правила и организация соревнований способы оценки результатов обучения.

Задачи дисциплины (модуля):

В результате изучения курса выпускник должен решать следующие профессиональные задачи:

1. Подбирать методики проведения занятий по легкой атлетике с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;
2. Определять средства и величину нагрузки на занятиях по легкой атлетике, в зависимости от поставленных задач;
3. Использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей вида спорта;
4. Определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по виду спорта;
5. Определять задачи учебно-тренировочного занятия по виду спорта;
6. Подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса;
7. Подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся;
8. Раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин по легкой атлетике;
9. Планировать содержание учебно-тренировочных занятий и планы проведения соревнований с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы бакалавриата

Дисциплина (модуль) «*Легкая атлетика (модуля)*» реализуется в *обязательной* части основной образовательной программы по направлению подготовки «49.03.01 *Физическая культура*» очной, заочной формам обучения.

Изучение дисциплины (модуля) «*Легкая атлетика (модуля)*» базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися ранее в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): «*Физическая культура и спорт (модуля)*», «*Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (модуля)*».

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной (модулем):

- *Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта*

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной

программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: УК-7; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ПК-1; ПК-6, в соответствии с основной профессиональной образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура*.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7.	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК - 7.2. самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.	Знать: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-

				<p>измерительных приборов и инвентаря.</p> <p>Уметь: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p> <p>Владеть: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа</p>
--	--	--	--	--

				своего физического состояния, физической подготовленности.
Планирование	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. дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель,	Знать: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения, - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; – возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; – физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные

			<p>задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение, подбирать методику проведения на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся,</p>	<p>понятия возрастной психологии, - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - структуру построения занятий, формы и способы планирования; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту;- терминологию, классификацию, принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и способы оценки результатов обучения; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;- средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки.</p> <p>Уметь: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастного-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - применять биомеханические</p>
--	--	--	--	---

		<p>материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>	<p>технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение, подбирать методику проведения на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики,</p>
--	--	--	---

			<p>подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - раскрывать и интерпретировать методiku обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий. Владеть опытом: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста</p>
--	--	--	--

				<p>учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>
<p>Воспитание</p>	<p>ОПК – 5.</p>	<p>Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</p>	<p>ОПК-5.2. Умеет: - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для</p>	<p>Знать: - закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся; - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе; - характеристику коллектива и основы его формирования в спорте; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; - организацию воспитательного процесса в образовательных организациях; - технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.</p> <p>Уметь: - решать воспитательные задачи на</p>

		<p>формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга. 	<p>занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками;</p> <ul style="list-style-type: none"> - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга. <p>Владеть опытом:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных
--	--	--	---

				<p>общеобразовательных программ; - составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом; - организации участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях.</p>
<p>Обеспечение безопасности</p>	<p>ОПК – 7.</p>	<p>Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>ОПК-7.2. - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм; - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за</p>	<p>Знать: - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.) - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе</p>

			<p>медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на</p>	<p>учебной и спортивной деятельности; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию,</p>
--	--	--	---	---

		<p>нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p>	<p>подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС.</p> <p>Уметь: - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм; - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; -</p>
--	--	--	--

				<p>разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений;</p> <p>- поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p> <p>Владеть опытом: - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведения инструктажа по технике</p>
--	--	--	--	---

				<p>безопасности на занятиях физической культурой и спортом - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.</p>
Профилактика допинга	ОПК 8.	Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	<p>ОПК-8.2. - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; -</p>	<p>Знать: - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления</p>

			<p>планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.</p>	<p>просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий.</p> <p>Уметь: - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и</p>
--	--	--	--	--

				<p>методическому обеспечению антидопинговых программ; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.</p> <p>Владеть:- проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; - изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; - внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; - анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; - разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций;</p>
--	--	--	--	--

				- осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов.
Профессиональное взаимодействие	ОПК – 10.	Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта	ОПК-10.2. - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения; - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами; - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; - предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся	Знать: - основы менеджмента, управления персоналом; - основы эффективных коммуникаций; - методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетними обучающимися, коллегами по работе; - методы консультирования, проведения мастер-классов, круглых столов; - нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи; - методы оценки качества и результативности работы подчиненных; - типичные психологические трудности занимающихся физической культурой и спортом; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного

			<p>физкультурно-спортивной деятельностью; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; - вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся; - определять цели и задачи деятельности спортивного актива; - контролировать и направлять работу спортивного актива; - определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта; - оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p>	<p>процесса, а также занятий двигательной рекреацией; - основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе; - методики подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p> <p>Уметь: - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения; - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами; - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; - предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в</p>
--	--	--	---	--

				<p>профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; - вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся; - определять цели и задачи деятельности спортивного актива; - контролировать и направлять работу спортивного актива; - определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта; - оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p> <p>Владеть - определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; - составления плана физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - распределения задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды); - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; - применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися физической культурой и</p>
--	--	--	--	---

				спортом; - анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.
Разработка и реализация программ спортивной подготовки	ПК-1	Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки	ПК-1.2.: использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся, вести первичную учетно-отчетную документацию по реализации программ спортивной подготовки в электронном и бумажном виде, выявлять проблемы в организации спортивной работы, предложить мероприятия по совершенствованию подготовки, использовать методы календарного планирования, использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности.	Знать: Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта(правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями); методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние, санитарно-гигиенические требования к организациям дополнительного образования, дошкольным, общеобразовательным, профессиональным образовательным организациям, организациям высшего и дополнительного профессионального образования, осуществляющим образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной

				<p>подготовки, подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на тренировочном этапе, методика преподавания, основы биомеханики, физиологии и гигиены спорта, режимы тренировочной работы, предельные тренировочные нагрузки, объем индивидуальной спортивной подготовки, методики контроля и оценки физической подготовленности обучающихся, методы планирования тренировочного процесса, современные методы тренировочной работы, порядок составления и ведения учетно-отчетной документации, нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией, основы работы с персональным компьютером, с электронной почтой, текстовыми редакторами, электронными таблицами и браузерами, правила внутреннего трудового распорядка, этические нормы в области спорта, правила охраны труда и пожарной безопасности.</p> <p>Уметь: использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся, вести первичную учетно-отчетную документацию по реализации программ спортивной подготовки в электронном и бумажном виде, выявлять проблемы в организации спортивной работы, предложить мероприятия по совершенствованию подготовки, использовать методы календарного планирования, использовать</p>
--	--	--	--	--

				<p>информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности.</p> <p>Владеть: Календарно-тематическим планированием и составлением расписания занятий по реализации программ на этапах спортивной подготовки в соответствии с локальными актами, целями и задачами физкультурно-спортивной организации, Организацией прохождения обучающимися контрольных процедур с целью с целью выполнения ими контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, установленных образовательными программами, разработка комплексной программы подготовки спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям по соответствующему направлению в работе, разработкой комплексных и индивидуальных планов подготовки спортсменов (команды) согласно утвержденным планам проведения спортивных мероприятий, систематическим учетом, анализом, обобщением результатов работы, в том числе с использованием электронных форм, оценка эффективности подготовки обучающихся с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности, внедрением современных методик подготовки обучающихся по программам этапа спортивной подготовки,</p>
--	--	--	--	---

				внесением коррективы в дальнейшую подготовку обучающихся.
Педагогическая деятельность	ПК-6.	Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства, приемы организации деятельности обучающихся	<p>ПК-6.2:</p> <p>Анализировать динамику физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, выявлять проблемы в цикле тренировки, Обосновывать рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося для сохранения функционального состояния и спортивной формы, Использовать средства спортивной физиологии для анализа и разработки отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, программ спортивной подготовки, планов спортивной подготовки, Проводить консультирование тренеров по прикладным вопросам физиологии спорта в практике тренировочного и соревновательного процесса, Прогнозировать воздействие отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные</p>	<p>Знать: - Анатомия человека, Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, Физиология человека с основами биохимии, Основы медицинских знаний, диетология, Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий, Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки, физкультурно-оздоровительные технологии, Педагогические средства управления величиной и направленностью тренировочной нагрузки, Порядок составления отчетной документации по консультированию тренеров, занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки, спортивный мониторинг.</p> <p>Уметь: Анализировать динамику физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, выявлять проблемы в цикле тренировки, Обосновывать рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося для сохранения функционального состояния и спортивной формы, Использовать средства спортивной физиологии для анализа и разработки отдельных</p>

		<p>средства представления информации при проведении выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров.</p>	<p>комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, программ спортивной подготовки, планов спортивной подготовки, Проводить консультирование тренеров по прикладным вопросам физиологии спорта в практике тренировочного и соревновательного процесса, Прогнозировать воздействие отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации при проведении выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров.</p> <p>Владеть: Ознакомлением педагога-тренера (группы тренеров), занимающихся с результатами контрольных мероприятий по оценке физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, а также с собственными выводами и рекомендациями, сделанными по результатам контрольных мероприятий, консультированием педагогов-тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам совершенствования общей физической и специальной подготовки занимающегося, содержанию самостоятельных тренировок, по вопросам спортивного и оздоровительного питания (диеты), Выполнением по запросу занимающегося, педагога (группы тренеров)</p>
--	--	---	--

				физиологических обоснований отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, прогнозированием воздействия данных мероприятий на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Разработкой планов и программ спортивной подготовки занимающихся в части, касающейся организации общей физической подготовки, специальной подготовки, Проведением публичных выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров по основам спортивной физиологии, организации общей физической подготовки, специальной подготовки
--	--	--	--	--

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 8 зачетных единиц.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры	
		2	3
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	144	36	108
Учебные занятия лекционного типа	18	8	10
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Практические занятия	62	12	50
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	50		50
Лабораторные занятия			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Иная контактная работа	64	16	48

<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Самостоятельная работа обучающихся	99	27	72
Контроль промежуточной аттестации	45	9	36
Форма промежуточной аттестации		диф. зачет	экзамен
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	288	72	216

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 2	
		Сессия 1-2	Сессия 3-4
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	64	32	32
Учебные занятия лекционного типа	8	4	4
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Практические занятия	24	12	12
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	21	12	9

Лабораторные занятия			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Иная контактная работа	32	16	16
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Самостоятельная работа обучающихся	211	108	103
Контроль промежуточной аттестации	13	4	9
Форма промежуточной аттестации	-	диф.зачет	экзамен
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	288	144	144

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Модуль 1. Легкая атлетика (2 семестр)											
Раздел 1. Основы легкой атлетики, организация проведения соревнований	32	14	18	4		6				8	
Раздел 2. Методика обучения технике легкоатлетических видов спорта	31	13	18	4		6				8	
Контроль промежуточной аттестации (час)	9										
Общий объем, часов по модулю	63	27	36	4		12				16	
Форма промежуточной аттестации	<i>диф. зачет</i>										
Модуль 2. Легкая атлетика (3 семестр)											
Раздел 3. Тренировочный процесс по легкой атлетике и урок легкой атлетики в школе	30	12	18	2		8	8			8	
Раздел 4. Легкая атлетика в системе физического воспитания.	30	12	18	2		8	8			8	
Раздел 5. Спортивная экипировка и инвентарь.	30	12	18	2		8	8			8	
Раздел 6. Легкая атлетика в системе оздоровительных мероприятий	30	12	18	2		8	8			8	
Раздел 7. Управление процессом спортивной тренировки в легкой атлетике	30	12	18			10	8			8	

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Раздел 8. Виды и факторы отбора спортсменов в легкой атлетике	30	12	18	2		8	10			8	
Контроль промежуточной аттестации (час)	36										
Общий объем, часов по модулю	180	72	108	10		50	50			48	
Форма промежуточной аттестации	экзамен										
Общий объем, часов по учебной дисциплине	288	99	144	14		66	50			64	

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Модуль 1. Легкая атлетика 2 курс (Сессия 1-2)											
Раздел 1. Основы легкой атлетики, организация проведения соревнований	34	26	8			4	4			4	

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/ практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки	
Раздел 2. Методика обучения технике легкоатлетических видов спорта	34	26	8	2		2	2			4	
Раздел 3. Тренировочный процесс по легкой атлетике и урок легкой атлетики в школе	36	28	8			4	4			4	
Раздел 4. Легкая атлетика в системе физического воспитания.	36	28	8	2		2	2			4	
Контроль промежуточной аттестации (час)	4										
Общий объем, часов по модулю	140	108	32	4		12	12			16	
Форма промежуточной аттестации	<i>диф. зачет</i>										
Модуль 2. Легкая атлетика 2 курс (Сессия 3-4)											
Раздел 5. Спортивная экипировка и инвентарь.	34	26	8			4	4			4	
Раздел 6. Легкая атлетика в системе оздоровительных мероприятий	34	26	8			4	4			4	
Раздел 7. Управление процессом спортивной тренировки в легкой атлетике	34	26	8	2		2				4	
Раздел 8. Виды и факторы отбора спортсменов в легкой атлетике	33	25	8	2		2				4	
Контроль промежуточной аттестации (час)	9										

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа
Общий объем, часов по модулю	135	103	32	4		12	9			16
Форма промежуточной аттестации	<i>экзамен</i>									
Общий объем, часов по учебной дисциплине	288	211	64	8		24	21			32

РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1-2. Легкая атлетика (2-3 семестр)							
Раздел 1. Основы легкой атлетики, организация проведения соревнований	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	доклад	2	Компьютерное тестирование
Раздел 2. Методика обучения технике легкоатлетических видов спорта	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	доклад	2	Компьютерное тестирование

Раздел 3. Тренировочный процесс по легкой атлетике и урок легкой атлетике в школе	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	доклад	2	Компьютерное тестирование
Раздел 4. Легкая атлетика в системе физического воспитания.	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	доклад	2	Компьютерное тестирование
Раздел 5. Спортивная экипировка и инвентарь.	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	доклад	2	Компьютерное тестирование
Раздел 6. Легкая атлетика в системе оздоровительных мероприятий	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	доклад	2	Компьютерное тестирование
Раздел 7. Управление процессом спортивной тренировки в легкой атлетике	14	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	доклад	2	Компьютерное тестирование
Раздел 8. Виды и факторы отбора спортсменов в легкой атлетике	13	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	5	доклад	2	Контрольная работа
Общий объем по модулю/семестру, часов,	99	50	-	33	-	16	-

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся
--------------	-------	---

		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1-2. Легкая атлетика 2 курс (Сессия 1-2, Сессия 3-4)							
Раздел 1. Основы легкой атлетики, организация проведения соревнований	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	доклад	2	Компьютерное тестирование
Раздел 2. Методика обучения технике легкоатлетических видов спорта	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	доклад	2	Компьютерное тестирование
Раздел 3. Тренировочный процесс по легкой атлетике и урок легкой атлетики в школе	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	доклад	2	Компьютерное тестирование
Раздел 4. Легкая атлетика в системе физического воспитания.	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	доклад	2	Компьютерное тестирование
Раздел 5. Спортивная экипировка и инвентарь.	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	доклад	2	Компьютерное тестирование
Раздел 6. Легкая атлетика в системе оздоровительных мероприятий	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	доклад	2	Компьютерное тестирование
Раздел 7. Управление процессом спортивной тренировки легкой атлетике	28	16	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	доклад	2	Компьютерное тестирование

Раздел 8. Виды и факторы отбора спортсменов в легкой атлетике	27	15	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	доклад	2	Контрольная работа
Общий объем по модулю/семестру, часов,	211	115	-	80	-	16	-

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)

МОДУЛЬ 1-2. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА.

РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ, ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Тема 1.1. Основы техники спортивной ходьбы и бега

Цель: Изучить основы техники спортивной ходьбы и бега

Перечень изучаемых элементов содержания

Легкоатлетические упражнения в системе физического воспитания личности. Овладение технологией обучения двигательным действиям.

Структура движений в ходьбе и беге (цикличность, периоды, фазы, моменты). Механизм отталкивания в ходьбе, беге, стартовая сила.

Скорость передвижения, взаимосвязь длины и частоты шагов. Сходства и различия движений в ходьбе и беге. Особенности ходьбы и бега на различные дистанции и по различному покрытию.

Вопросы для самоподготовки:

1. Анализ техники бега на средние и длинные дистанции.
2. Анализ техники бега на короткие дистанции.
3. Анализ техники спортивной ходьбы

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы. Видеоанализ беговых видов легкой атлетики.

Тема 1.2. Основы техники метаний и прыжков

Цель: Изучить основы техники метаний и прыжков

Перечень изучаемых элементов содержания

Виды прыжков и их эволюция. Фазы прыжков. Главная задача прыжков и частные задачи фаз, их сходства и отличия в разных видах.

Перемещение предметов в пространстве и эволюция техники метаний. Факторы, определяющие дальность полета снаряда (начальная скорость вылета, угол вылета, аэродинамические свойства, высота выпуска снаряда). Главная и частная задачи фаз метаний. Сходства и различия в технике метаний.

Вопросы для самоподготовки:

1. Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание».
2. Основы техники метаний.
3. Основы техники прыжков.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы. Составить кинограмму прыжков или метаний.

Тема 1.3. Организация, проведение и правила соревнований по легкой атлетике

Цель: изучить организацию, проведение и правила соревнований по легкой атлетике

Перечень изучаемых элементов содержания

Классификация соревнований. Календарь и положение о соревновании. Документация соревнований (заявки, протоколы, карточки участников, отчет о соревновании). Организация и проведение соревнований в школе, лагерях отдыха. Обязанности главной судейской коллегии (главного судьи, главного секретаря, их помощников и заместителей). Работа судейской коллегии на соревнованиях (беговая бригада, бригады для проведения прыжков и метаний и т. п.).

Общие и частные правила соревнований в спортивной ходьбе, беге, прыжках и метаниях. Особенности правил соревнований в многоборье.

Вопросы для самоподготовки:

1. Особенности проведения соревнований по кроссу.
2. Обязанности судьи-стартера.
3. Обязанности старшего судьи на финише.
4. Обязанности старшего судьи по метаниям.
5. Правила соревнований в метаниях.
6. Правила соревнований в метании мяча.
7. Правила соревнований в метании мяча и копья.
8. Правила соревнований в толкании ядра.
9. Правила соревнований в спортивной ходьбе.
10. Состав бригады и обязанности судей в метании гранаты.
11. Состав бригады и обязанности судей в толкании ядра.
12. Состав и обязанности бригады судей на финише.
13. Состав и обязанности судейской бригады судей-хронометристов.
14. Состав и обязанности стартовой бригады.
15. Требования к месту соревнований в толкании ядра.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы. Проведение мини соревнований по легкой атлетике.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1

Форма практического задания: доклад

Примерный перечень тем докладов к Разделу 1:

1. Анализ техники бега на средние и длинные дистанции.
2. Анализ техники бега на короткие дистанции.
3. Анализ техники спортивной ходьбы

4. Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание».
5. Основы техники метаний.
6. Основы техники прыжков.
7. Особенности проведения соревнований по кроссу.
8. Обязанности судьи-стартера.
9. Обязанности старшего судьи на финише.
10. Обязанности старшего судьи по метаниям.
11. Правила соревнований в метаниях.
12. Правила соревнований в метании мяча.
13. Правила соревнований в метании мяча и копья.
14. Правила соревнований в толкании ядра.
15. Правила соревнований в спортивной ходьбе.
16. Состав бригады и обязанности судей в метании гранаты.
17. Состав бригады и обязанности судей в толкании ядра.
18. Состав и обязанности бригады судей на финише.
19. Состав и обязанности судейской бригады судей-хронометристов.
20. Состав и обязанности стартовой бригады.
21. Требования к месту соревнований в толкании ядра.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 1: компьютерное тестирование.

РАЗДЕЛ 2. МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИХ ВИДОВ СПОРТА

Тема 2.1. Методика обучения технике легкоатлетических видов спорта

Цель: Изучить методику обучения технике легкоатлетических видов спорта

Перечень изучаемых элементов содержания

Методы обучения. Наглядные пособия. Место и время объяснения и показа в процессе обучения. Особенности использования показа и объяснения на занятиях с детьми разного возраста. Роль физической подготовленности в освоении техники легкоатлетических упражнений. Формы, методы и средства воспитания физических качеств.

Типовая схема обучения технике легкоатлетических упражнений: этапы, задачи, средства и методы их решений. Последовательность концентрации внимания занимающихся на основных упражнениях (исходные положения, позы, направление, амплитуда движений). Последовательность изучения легкоатлетических видов. Применение упражнений из других видов спорта для обучения технике легкоатлетических упражнений. Сходство и различие в постановке задач и подборке средств при изучении техники различных видов легкой атлетики. Роль преподавателя при обучении. Меры предупреждения травм при обучении.

Вопросы для самоподготовки:

1. Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание».
2. Анализ техники прыжка в высоту способом «фосбери-флоп».
3. Анализ техники низкого старта.
4. Анализ техники бега на короткие дистанции.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы. Сдача конспектов по обучению избранного вида легкой атлетики.

Тема 2.2. Методика обучения технике спортивной ходьбы и бега

Цель: изучить методику обучения технике спортивной ходьбы и бега

Перечень изучаемых элементов содержания

Методика обучения технике спортивной ходьбы. Методика обучения технике бега на средние и длинные дистанции. Методика обучения технике бега на короткие дистанции. Методика обучения технике эстафетного бега. Методика обучения технике барьерного бега. Методика обучения технике бега на 3000 м с препятствиями.

Вопросы для самоподготовки:

1. Особенности спортивной ходьбы.
2. Подготовка «ходоков в России»

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы. Сдача конспектов по обучению избранного вида легкой атлетики.

Тема 2.3. Методика обучения технике легкоатлетических прыжков

Цель: изучить методику обучения технике легкоатлетических прыжков

Перечень изучаемых элементов содержания

Методика обучения технике прыжков в высоту с разбега. Методика обучения технике прыжков в длину с разбега. Методика обучения технике тройного прыжка с разбега. Методика обучения технике прыжков с шестом.

Вопросы для самоподготовки:

1. Анализ техники прыжка в длину способом «согнув ноги».
2. Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание».
3. Анализ техники прыжка в высоту способом «фосбери-флоп».

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы. Сдача конспектов по обучению избранного вида легкой атлетики.

Тема 2.4. Методика обучения технике легкоатлетических метаний

Цель: изучить методику обучения технике легкоатлетических метаний

Перечень изучаемых элементов содержания

Методика обучения технике толкания ядра. Методика обучения технике метания диска. Методика обучения технике метания снаряда: малого мяча, гранаты, копья. Методика обучения технике метания молота.

Вопросы для самоподготовки:

1. Анализ техники метания гранаты.
2. Анализ техники толкания ядра.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы. Сдача конспектов по обучению избранного вида легкой атлетики.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2

Форма практического задания: доклад

Примерный перечень тем докладов к Разделу 2:

1. Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание».
2. Анализ техники прыжка в высоту способом «фосбери-флоп».
3. Анализ техники низкого старта.
4. Анализ техники бега на короткие дистанции.
5. Особенности спортивной ходьбы.

6. Подготовка «ходоков в России»
7. Анализ техники прыжка в длину способом «согнув ноги».
8. Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание».
9. Анализ техники прыжка в высоту способом «фосбери-флоп».
10. Анализ техники метания гранаты.
11. Анализ техники толкания ядра.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 2: тестирование

РАЗДЕЛ 3. ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПРОЦЕСС ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ И УРОК ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ В ШКОЛЕ

Тема 3.1. Тренировка как многосторонний процесс подготовки легкоатлетов

Цель: изучить тренировочный процесс, как одну из основных составляющих подготовки спортсмена

Перечень изучаемых элементов содержания

Цели и задачи тренировки. Физическая, техническая, тактическая, психологическая, теоретическая и интегральная часть подготовки, ее разновидности и содержание. Повышение уровня подготовленности по легкой атлетике.

Особенности изменения тренированности в процессе педагогической тренировки. Дозирование нагрузки.

Вопросы для самоподготовки:

1. Основы методики обучения технике легкоатлетических видов.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы. План-конспект учебно-тренировочного занятия.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 3

Форма практического задания: доклад

Примерный перечень тем докладов к Разделу 3:

1. Основы методики обучения технике легкоатлетических видов.
2. Контроль в учебно-тренировочном процессе легкоатлетов.
3. Контроль на уроке физической культуры с элементами легкой атлетики.
4. Отбор в избранные виды легкой атлетики.
5. Прогноз.
6. Тестирование.
7. Деятельность учителя.
8. Деятельность учащегося.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 3: тестирование

РАЗДЕЛ 4. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ.

Цель: изучить основы легкой атлетики в системе дошкольных, школьных, высших образовательных учреждений.

Перечень изучаемых элементов содержания

Дошкольники, школьники, легкая атлетика, физические качества, высшие образовательные учреждения, возрастные периоды развития.

Тема 4.1. Система легкой атлетики в системе дошкольного физического воспитания

Цель: изучить основы легкой атлетики в системе дошкольного физического воспитания.

Перечень изучаемых элементов содержания

Младшая дошкольная группа, средняя дошкольная группа, старшая дошкольная группа, подготовительная группы в детском саду, сенситивные периоды развития, физические способности.

Вопросы для самоподготовки:

1. Формирование элементов легкой атлетики в младшей группе.
2. Формирование элементов легкой атлетики в средней группе.
3. Формирование элементов легкой атлетики в старшей группе.
4. Формирование элементов легкой атлетики в подготовительной группе.
5. Сенситивные периоды (чувствительные) периоды развития физических способностей у детей различных групп дошкольного учреждения.

Тема 4.2. Система легкой атлетики в система школьного физического воспитания

Цель: изучить основы легкой атлетики в системе школьного физического воспитания.

Перечень изучаемых элементов содержания

Начальный школьный возраст, средний школьный возраст, старший школьный возраст, легкая атлетика, виды легкоатлетических упражнений.

Вопросы для самоподготовки:

1. Формирование элементов легкой атлетики в классах начальной школы.
2. Формирование элементов легкой атлетики в классах средней школы.
3. Формирование элементов легкой атлетики в классах старшей школы.
4. Изучаемые виды легкоатлетических упражнений с 1-4 класс.
5. Изучаемые виды легкоатлетических упражнений с 5-9 класс.
6. Изучаемые виды легкоатлетических упражнений с 10-11 класс.
7. Возраст детей наиболее предпочтителен для отбора в спортивные секции по легкой атлетике.

Тема 4.3. Система легкой атлетики в системе высшего образования

Цель: изучить основы легкой атлетики в системе высшего образования.

Перечень изучаемых элементов содержания

студенты, курсы, спорт, легкая атлетика, обучение и совершенствование видов легкоатлетических упражнений в вузе.

Вопросы для самоподготовки:

1. Легкая атлетика на 1 курсе. Особенности изучения и обучения.
2. Легкая атлетика на 2 курсе. Особенности изучения и обучения.
3. Легкая атлетика на 3 курсе. Особенности изучения и обучения.
4. Легкая атлетика на 4 курсе. Особенности изучения и обучения.
5. Изучаемые виды легкоатлетических упражнений у студентов курсов в системе высшего образования.
6. Предпосылки дальнейшего изучения легкой атлетики студентами для спортивного совершенствования вида спорта.

Перечень тем докладов к разделу 4:

1. Легкая атлетика в младшей группе детского сада. Задачи и место вида в системе физического воспитания.
2. Легкая атлетика в средней группе детского сада. Задачи и место вида в системе физического воспитания
3. Легкая атлетика в старшей группе детского сада. Задачи и место вида в системе физического воспитания
4. Формирование элементов легкой атлетики в подготовительной группе детского сада. Задачи и место вида в системе физического воспитания.
5. Значимость физических упражнений с элементами легкой атлетики на организм ребенка.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 4: форма рубежного контроля – компьютерное тестирование.

РАЗДЕЛ 5. СПОРТИВНАЯ ЭКИПИРОВКА И ИНВЕНТАРЬ.

Цель: сформировать у студентов знания о спортивной экипировке и инвентаре, используемом на занятиях и соревнованиях по легкой атлетике.

Перечень изучаемых элементов содержания

Инвентарь, экипировка, особенности, использование, дошкольники, школьники, студенты, тренировки, соревнования

Тема 5. 1. Спортивная экипировка и инвентарь на учебных занятиях.

Цель: сформировать у студентов знания о спортивной экипировке и инвентаре, используемом на учебных занятиях по легкой атлетике

Вопросы для самоподготовки:

1. Спортивная экипировка на учебных занятиях с дошкольниками.
2. Спортивная экипировка на учебных занятиях с школьниками.
3. Спортивная экипировка на учебных занятиях в системе среднего профессионального образования и высшего образования.
4. Особенности инвентаря, используемый на учебных занятиях по легкой атлетике в системе физического воспитания.
5. Особенности инвентаря, используемый на тренировочных занятиях по легкой атлетике в спорте.

Тема 5. 2. Спортивная экипировка и инвентарь на соревнованиях.

Цель: сформировать у студентов знания о спортивной экипировке и инвентаре, используемом на соревнованиях по легкой атлетике

Вопросы для самоподготовки:

1. Спортивная экипировка на соревнованиях с дошкольниками.
2. Спортивная экипировка на соревнованиях со школьниками.
3. Спортивная экипировка на соревнованиях в системе среднего профессионального образования и высшего образования.
4. Отличие спортивной экипировки и инвентаря учебного занятия и соревнования по легкой атлетике.
5. Спортивный инвентарь и экипировка как дополнение к физическому и спортивному совершенствованию занимающихся легкой атлетики.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 5:

Перечень тем докладов к разделу 5:

1. Наличие спортивной экипировки на учебных занятиях с дошкольниками.
2. Наличие спортивной экипировки на учебных занятиях с школьниками.
3. Наличие спортивной экипировки на учебных занятиях в системе среднего профессионального образования и высшего образования.
4. Наличие спортивного инвентаря и его результат деятельности, используемый на учебных занятиях по легкой атлетике в системе физического воспитания.
5. Наличие инвентаря и его результат деятельности, используемый на тренировочных занятиях по легкой атлетике в спорте.
6. Особенности ухода за спортивной экипировкой и спортивного инвентаря.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 5: форма рубежного контроля – компьютерное тестирование.

РАЗДЕЛ 6. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА В СИСТЕМЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

Цель: сформировать у студентов знания о системе оздоровительных мероприятий по легкой атлетике.

Перечень изучаемых элементов содержания

Оздоровление с помощью бега, прыжков, метаний, методики, особенности, использование, работа с населением.

Тема 6. 1. Легкая атлетика как результат оздоровления и укрепления организма.

Цель: сформировать у студентов знания об оздоровительных мероприятиях с помощью легкой атлетики.

Вопросы для самоподготовки:

1. Бег как фактор оздоровления и укрепления организма.
2. Прыжки как фактор оздоровления и укрепления организма.
3. Метания как фактор оздоровления и укрепления организма.
4. Оздоровительная ходьба как фактор оздоровления и укрепления организма.
5. Влияние легкоатлетических видов упражнений на организм человека.

Тема 6. 2. Методические подходы оздоровления и укрепления организма с помощью легкоатлетических видов упражнений.

Цель: сформировать у студентов знания о методах оздоровления и укрепления организма с помощью легкой атлетики

Вопросы для самоподготовки:

1. Методика дозированного бега у занимающихся.
2. Методика и организация оздоровительного бега на улице (в парках, в местах городского озеленения и т. д.).
3. Методика метательных упражнений у занимающихся.
4. Методика прыжковых упражнений у занимающихся.
5. Методика сочетания различных легкоатлетических упражнений у занимающихся.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 6:

Перечень тем докладов к разделу 6:

1. Дозированный бег у занимающихся. Легенда или реальность
2. Оздоровительный бег на улице (в парках, в местах городского озеленения и т. д.). Его отличие от бега в помещении. Влияние на организм.
3. Метательные упражнения у занимающихся. Виды метательных упражнений. Фактор роста метательных упражнений у занимающихся.
4. Прыжковые упражнения у занимающихся. Виды прыжковых упражнений. Фактор роста прыжковых упражнений у занимающихся.
5. Разносторонность на организм при выполнении легкоатлетических упражнений у занимающихся.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 6: форма рубежного контроля – компьютерное тестирование.

РАЗДЕЛ 7 Управление процессом спортивной тренировки в легкой атлетике

Цель: рассмотреть управление процессом спортивной тренировки в легкой атлетике

Перечень изучаемых элементов содержания

Планирование тренировочного процесса (многолетнее, годовое, по периодам, макро-, мезо-, микроциклы). Разновидности направленности тренировочных занятий.

Врачебный и педагогический контроль. Утомление и тренировка. Подготовка к тренировочной и соревновательной деятельности. Профилактика травматизма.

Вопросы для самоподготовки:

1. Контроль в учебно-тренировочном процессе легкоатлетов.
2. Контроль на уроке физической культуры с элементами легкой атлетики.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

Тема 7.1. Планирование и контроль за организацией образовательного процесса в легкой атлетике. Урок легкой атлетики в школе

Цель: Рассмотреть планирование и контроль за организацией образовательного процесса в легкой атлетике

Перечень изучаемых элементов содержания

Содержание, организация и методы проведения учебных занятий по легкой атлетике. Формы организации занятий легкой атлетикой в школе. Типовая структура и разновидности урока и тренировочных занятий с учащимися в зависимости от условий (места, климатических условий, наличия инвентаря и оборудования). Планирование образовательной деятельности.

Особенности организации занятий легкой атлетикой. Особенности программ. Дозировка упражнений при различной направленности учащихся. Меры предупреждения травматизма на уроках легкой атлетики. Особенности занятий с детьми различного возраста и пола.

Вопросы для самоподготовки:

1. Тестирование.
2. Деятельность учителя.
3. Деятельность учащегося.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

Таблица 1. Нормативы и оценка физической подготовленности студентов

Вид деятельности	Нормативы физической подготовленности						
	Единицы измерения	женщины			мужчины		
		3	4	5	3	4	5
Бег 100 м	с	15.4	15.1	14.8	13.4	13.1	12.9
Бег 500 м	мин	2.00,0	1.55,0	1.50,0	--	--	--
Бег 1000 м	мин	--	--	--	3.25,0	3.15,0	3.05,0
Кросс 1000 м	мин	4.20,0	4.00,0	3.45,0	--	--	--
Кросс 2000 м	мин	--	--	--	8.00,0	7.30,0	7.00,0
Прыжок в высоту с/р способом «перешагивание»	см	105	110	115	130	135	140
Прыжок в длину с/р способом «согнув ноги»	см	350	380	420	460	490	520
Метание мяча (150 г)	м	35	43	50	50	58	65

Толкание ядра со скачка	см	680	730	780	750	820	900
-------------------------	----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 7:

Перечень тем докладов к разделу 7:

1. Контроль за организацией образовательного процесса и физическим развитием учащихся.
2. Тестирование как одно из средств управления тренировочным процессом.
3. Виды и разновидности тестирования, связь друг с другом и их влияние на информативность и эффективность оценки уровня подготовленности легкоатлета.
4. Методика тестирования и оценка уровня подготовленности в легкой атлетике.
5. Применение методик тестирования для оценки уровня подготовленности легкоатлетов различной специализации (ходоков, бегунов на короткие, средние и длинные дистанции, прыгунов, метателей, многоборцев).

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 7: форма рубежного контроля – компьютерное тестирование.

РАЗДЕЛ 8 Виды и факторы отбора

Цель: рассмотреть виды и факторы спортивного отбора

Перечень изучаемых элементов содержания

Правила, организация и проведение спортивных соревнований по легкой атлетике. Программа и реализация спортивного отбора. Прогноз спортивного результата как одна из основ планирования тренировочного процесса. Значение анализа достижений, планов тренировочных занятий и дневника спортсмена для оптимального прогноза спортивного результата.

Вопросы для самоподготовки:

1. Отбор в избранные виды легкой атлетики.
2. Прогноз.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 8:

Перечень тем докладов к разделу 8:

1. Прогноз спортивного результата как одна из основ планирования тренировочного процесса.
2. Значение анализа достижений, планов тренировочных занятий и дневника спортсмена для оптимального прогноза спортивного результата.
3. Система отбора в спорт высших достижений в легкой атлетике.
4. Прогнозирование результатов в разных видах легкой атлетики.
5. Анализ достижений на основе спортивного отбора.
6. Анализ спортивных достижений на основе прогнозирования результатов.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 8: форма рубежного контроля – компьютерное тестирование.

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является **дифференцированный зачет, экзамен**, который проводится в **устной/письменной** форме.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
УК-7.	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК - 7.1.Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря.	Этап формирования знаний

		<p>УК - 7.2. Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p>	<p>Этап формирования умений</p>
		<p>УК - 7.3. Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>
<p>ОПК-1</p>	<p>Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры,</p>	<p>ОПК-1.1. Знает: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки</p>	<p>Этап формирования знаний</p>

	<p>физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения. - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - химический состав организма человека; - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с</p>	
--	--	--	--

		<p>различным контингентом обучающихся и занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; 	
--	--	---	--

		<p>- терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p>	
		<p>ОПК -1.2. Умеет: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастнополовых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и</p>	
--	--	---	--

		<p>спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>	
		<p>ОПК - 1.3. Имеет опыт: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС; - составления комплексов упражнений с учетом</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>	
ОПК – 5.	<p>Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</p>	<p>ОПК - 5.1. Знает: - закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся; - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе; - характеристику коллектива и основы его формирования в спорте; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; - организацию воспитательного процесса в образовательных организациях; - технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.</p>	<p>Этап формирования знаний</p>

		<p>ОПК-5.2. Умеет: - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга.</p>	<p>Этап формирования умений</p>
		<p>ОПК-5.3 Владеет опытом: - подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ; - составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом; - организации участия обучающихся в мероприятиях</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях.	
ОПК – 7.	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	ОПК-7.1 Знает: - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержания; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.) - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний	Этап формирования знаний

		<p>различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;</p> <p>- правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом;</p> <p>- приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке. - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп;</p> <p>- специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях</p>	
--	--	---	--

		<p>ИВС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС.</p>	
		<p>ОПК-7.2. Умеет: - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; -проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; -</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p>	
		<p>ОПК-7.3. Имеет опыт - измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом - составление плана профилактических мероприятий по возникновению</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.</p>	
ОПК 8.	Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	<p>ОПК-8.1. Знает: - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению</p>	Этап формирования знаний

		допинга; - планы антидопинговых мероприятий.	
		ОПК-8.2. Умеет: - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.	Этап формирования умений
		ОПК-8.3 Имеет опыт - выбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия; - проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; -	Этап формирования навыков и получения опыта

		<p>изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; - внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; - выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ;</p> <p>- анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; - разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций; - осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов.</p>	
ОПК – 10.	<p>Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта</p>	<p>ОПК-10.1. Знает: - основы менеджмента, управления персоналом; - основы эффективных коммуникаций; - методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетними обучающимися, коллегами по работе; - методы консультирования, проведения мастер-классов, круглых столов; - нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи; - методы оценки</p>	<p>Этап формирования знаний</p>

		<p>качества и результативности работы подчиненных; - типичные психологические трудности занимающихся физической культурой и спортом; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией; - основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе; - методики подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p>	
		<p>ОПК-10.2. Умеет: - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения; - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами; - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; - предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний,</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; - вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся; - определять цели и задачи деятельности спортивного актива; - контролировать и направлять работу спортивного актива; - определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта; - оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p>	
		<p>ОПК-10.3. Имеет опыт - определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; - составления плана физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - распределения задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды); - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; - применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися физической культурой и спортом; - анализа</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.</p>	
ПК-1.	<p>Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки</p>	<p>ПК-1.1. Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями); методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние, санитарно-гигиенические требования к организациям дополнительного образования, дошкольным, общеобразовательным, профессиональным образовательным организациям, организациям высшего и дополнительного профессионального образования, осуществляющим образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки, подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной</p>	<p>Этап формирования знаний</p>

	<p>специализации), медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на тренировочном этапе, методика преподавания, основы биомеханики, физиологии и гигиены спорта, режимы тренировочной работы, предельные тренировочные нагрузки, объем индивидуальной спортивной подготовки, методики контроля и оценки физической подготовленности обучающихся, методы планирования тренировочного процесса, современные методы тренировочной работы, порядок составления и ведения учетно-отчетной документации, нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией, основы работы с персональным компьютером, с электронной почтой, текстовыми редакторами, электронными таблицами и браузерами, правила внутреннего трудового распорядка, этические нормы в области спорта, правила охраны труда и пожарной безопасности.</p> <p>ПК-1.2. Умения: использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся, вести первичную учетно-отчетную документацию по реализации программ спортивной подготовки в электронном и бумажном виде, выявлять проблемы в организации спортивной работы, предложить мероприятия по совершенствованию подготовки, использовать методы календарного планирования, использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности.</p>	<p>Этап формирования умений</p>
--	---	---------------------------------

		<p>ПК - 1.3. Владеть опытом: Календарно-тематическим планированием и составлением расписания занятий по реализации программ на этапах спортивной подготовки в соответствии с локальными актами, целями и задачами физкультурно-спортивной организации, Организацией прохождения обучающимися контрольных процедур с целью с целью выполнения ими контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, установленных образовательными программами, разработка комплексной программы подготовки спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям по соответствующему направлению в работе, разработкой комплексных и индивидуальных планов подготовки спортсменов (команды) согласно утвержденным планам проведения спортивных мероприятий, систематическим учетом, анализом, обобщением результатов работы, в том числе с использованием электронных форм, оценка эффективности подготовки обучающихся с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности, внедрением современных методик подготовки обучающихся по программам этапа спортивной подготовки, внесении коррективы в дальнейшую подготовку обучающихся.</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>
ПК-6.	Способен использовать образовательном процессе педагогически в	ПК-6 Знать: - Анатомия человека, Гигиенические основы физической деятельности, Физиология человека с основами биохимии, Основы медицинских знаний,	Этап формирования знаний

	<p>обоснованные формы, методы, средства, приемы организации деятельности обучающихся</p>	<p>диетология, Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий, Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки, физкультурно-оздоровительные технологии, Педагогические средства управления величиной и направленностью тренировочной нагрузки, Порядок составления отчетной документации по консультированию тренеров, занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки, спортивный мониторинг.</p>	
		<p>ПК – 6.2. Уметь: Анализировать динамику физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, выявлять проблемы в цикле тренировки, Обосновывать рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося для сохранения функционального состояния и спортивной формы, Использовать средства спортивной физиологии для анализа и разработки отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, программ спортивной подготовки, планов спортивной подготовки, Проводить консультирование тренеров по прикладным вопросам физиологии спорта в практике тренировочного и соревновательного процесса, Прогнозировать воздействие отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации при проведении выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров.</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>ПК- 6.3. Владеть: Ознакомлением педагога-тренера (группы тренеров), занимающихся с результатами контрольных мероприятий по оценке физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, а также с собственными выводами и рекомендациями, сделанными по результатам контрольных мероприятий, консультированием педагогов-тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам совершенствования общей физической и специальной подготовки занимающегося, содержанию самостоятельных тренировок, по вопросам спортивного и оздоровительного питания (диеты), Выполнением по запросу занимающегося, педагога (группы тренеров) физиологических обоснований отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, прогнозированием воздействия данных мероприятий на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Разработкой планов и программ спортивной подготовки занимающихся в части, касающейся организации общей физической подготовки, специальной подготовки, Проведением публичных выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров по основам спортивной физиологии, организации</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		общей физической подготовки, специальной подготовки	
--	--	--	--

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
УК-7; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ПК-1; ПК-6	Этап формирования знаний.	Теоретический блок вопросов. Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал	1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок: (9-10] баллов; 2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения: [8-9) баллов; 3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала: (6-8) баллов; 4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки: [0-6] баллов.

<p>УК-7; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ПК-1; ПК-6</p>	<p>Этап формирования умений</p>	<p>Аналитическое задание (<i>доклад, контрольные работы, компьютерное тестирование, рефераты</i>)</p> <p>Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10) баллов;</p> <p>2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов;</p>
<p>УК-7; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ПК-1; ПК-6</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта.</p>	<p>Аналитическое задание (<i>доклад, контрольные работы, компьютерное тестирование, рефераты</i>)</p> <p>Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.</p>	<p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов;</p> <p>4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6] баллов.</p>

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Теоретический блок вопросов:

МОДУЛЬ 1-2. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА.

Теоретический блок вопросов:

1. Анализ техники бега на средние и длинные дистанции.
2. Анализ техники бега на короткие дистанции.
3. Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание».
4. Анализ техники спортивной ходьбы.

5. Места соревнований в оборудовании по прыжкам в высоту.
6. Основы техники прыжков.
7. Основы техники бега.
8. Основы техники метаний.
9. Основы методики обучения технике легкоатлетических видов.
10. Особенности проведения соревнований по кроссу.
11. Обязанности судьи-стартера.
12. Обязанности старшего судьи на финише.
13. Обязанности старшего судьи по метаниям.
14. Правила соревнований в метаниях.
15. Правила соревнований в метании мяча.
16. Правила соревнований в метании мяча и копья.
17. Правила соревнований в толкании ядра.
18. Правила соревнований в спортивной ходьбе.
19. Состав бригады и обязанности судей в метании гранаты.
20. Состав бригады и обязанности судей в толкании ядра.
21. Состав и обязанности бригады судей на финише.
22. Состав и обязанности судейской бригады судей-хронометристов.
23. Состав и обязанности стартовой бригады.
24. Требования к месту соревнований в толкании ядра.
25. Факторы, влияющие на результат в легкоатлетических прыжках.
26. Факторы, влияющие на дальность полёта в метаниях.
27. Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание».
28. Анализ техники прыжка в высоту способом «фосбери-флоп».
29. Анализ техники низкого старта.
30. Анализ техники бега на короткие дистанции.
31. Особенности бега на повороте.
32. Анализ техники метания теннисного мяча..
33. Специальные упражнения бегуна.
34. Правила соревнований по бегу.
35. Правила соревнования по прыжкам.
36. Анализ техники спортивной ходьбы.
37. Правила соревнований по спортивной ходьбе.
38. Специальные упражнения прыгуна.
39. История развития легкой атлетики.
40. Классификация видов легкой атлетики.
41. Анализ техники спортивной ходьбы.
42. Анализ техники бега на средние и длинные дистанции.
43. Анализ техники бега на короткие дистанции.
44. Анализ техники прыжка в длину способом «согнув ноги».
45. Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание».
46. Анализ техники прыжка в высоту способом «фосбери-флоп».
47. Анализ техники метания гранаты.
48. Анализ техники толкания ядра
49. Особенности организации и проведения соревнований по лёгкой атлетике в условиях школы.
50. Особенности организации и проведения соревнований по лёгкой атлетике в условиях оздоровительного лагеря.
51. Варианты подготовительной части легкоатлетического урока в зависимости от задач урока.
52. Использование элементов лёгкой атлетики при занятиях другими видами спорта.
53. Применение специальных упражнений при обучении технике видов лёгкой атлетики.
54. Анализ техники барьерного бега.

55. Анализ техники прыжка в длину способом «согнув ноги».
56. Классификация и характеристика легкоатлетических упражнений.

Аналитические задания:

1. Тренировка юных легкоатлетов в беге на короткие дистанции.
2. Тренировка в юных спортсменов в беге на средние дистанции.
3. Правила соревнований по бегу.
4. Методика обучения барьерному бегу.
5. Текущий педагогический контроль в тренировке легкоатлетов.
6. Поэтапный педагогический контроль в тренировке легкоатлетов.
7. Многолетний контроль в тренировке легкоатлетов.
8. Принципиальные подходы к тренировке в легкой атлетике.
9. Поэтапные задачи в тренировке по легкой атлетике.
10. Уроки легкой атлетики в школе - типы и содержание.
11. Методика приема контрольных нормативов по легкой атлетике.
12. Методика научных наблюдений на тренировках и соревнованиях.
13. Возможные варианты экспериментов в процессе занятий легкой атлетикой.
14. Методика обучения толканию ядра - задачи, средства, приемы.
15. Тренировка в толкании ядра - периодизация, методы и средства.
16. Судейство соревнований по толканию ядра.
17. Методы контроля за развитием спортивной формы.
18. Работа главной судейской коллегии.
19. Работа секретариата на соревнованиях по легкой атлетике.
20. Судейство соревнований по метаниям.

Теоретический блок вопросов:

1. Легкая атлетика в младшей группе детского сада. Задачи и место вида в системе физического воспитания.
2. Легкая атлетика в средней группе детского сада. Задачи и место вида в системе физического воспитания
3. Легкая атлетика в старшей группе детского сада. Задачи и место вида в системе физического воспитания
4. Формирование элементов легкой атлетики в подготовительной группе детского сада. Задачи и место вида в системе физического воспитания.
5. Значимость физических упражнений с элементами легкой атлетики на организм ребенка.
6. Наличие спортивной экипировки на учебных занятиях с дошкольниками.
7. Наличие спортивной экипировки на учебных занятиях с школьниками.
8. Наличие спортивной экипировки на учебных занятиях в системе среднего профессионального образования и высшего образования.
9. Наличие спортивного инвентаря и его результат деятельности, используемый на учебных занятиях по легкой атлетике в системе физического воспитания.
10. Наличие инвентаря и его результат деятельности, используемый на тренировочных занятиях по легкой атлетике в спорте.
11. Особенности ухода за спортивной экипировкой и спортивного инвентаря.
12. Дозированный бег у занимающихся. Легенда или реальность
13. Оздоровительный бег на улице (в парках, в местах городского озеленения и т. д.). Его отличие от бега в помещении. Влияние на организм.
14. Метательные упражнения у занимающихся. Виды метательных упражнений. Фактор роста метательных упражнений у занимающихся.
15. Прыжковые упражнения у занимающихся. Виды прыжковых упражнений. Фактор роста прыжковых упражнений у занимающихся.

16. Разносторонность на организм при выполнении легкоатлетических упражнений у занимающихся.

Аналитическое задание: Подготовить план-занятий самостоятельных тренировок с оздоровительной направленностью включая элементы легкоатлетических видов упражнений. План содержит: Задачи, место проведения, содержание, организацию выполнения упражнений, дозировку, методические указания. Необходимо разработать два конспекта-занятий.

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата/магистратуры/специалитета в Российском государственном социальном университете и Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для зачета с оценкой, экзамену.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

1. Димова, А. Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: учебник для вузов / А. Л. Димова. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 428 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14068-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496660>
2. Физическая культура и спорт: учебное пособие: [16+] / Т. В. Колтошова, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова [и др.] ; Омский государственный технический университет. – Омск: Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2020. – 169 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=682103> . – ISBN 978-5-8149-3001-9. – Текст: электронный.

5.1.2. Дополнительная литература

1. Григорьев, О. А. Организация физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере: учебное пособие для вузов / О. А. Григорьев, Е. А. Стеблецов. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 261 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12478-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496193>

2. Германов, Г. Н. Физическая культура в школе. Легкая атлетика: учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 461 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04548-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492849>

3. Теория и методика избранного вида спорта: учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492815>

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Легкая атлетика» предполагает изучение материалов дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта, модуля) на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров и практических занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программой дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач;
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной учебной программой тематики.

Обработка, обобщение полученных результатов практического занятия проводится обучающимися самостоятельно или под руководством преподавателя (в зависимости от степени сложности поставленных задач). В результате оформляется индивидуальный отчет. Подготовленная к сдаче на контроль и оценку работа сдается преподавателю. Форма отчетности может быть письменная, устная или две одновременно. Главным результатом в данном случае служит получение положительной оценки по каждому практическому занятию. Это является необходимым условием при проведении рубежного контроля и допуска к дифференцированному зачету, экзамену. При получении неудовлетворительных результатов обучающийся имеет право в дополнительное время пересдать преподавателю работу до проведения промежуточной аттестации.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Более подробная информация о самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение

самостоятельной работы по дисциплине (Теория и методика базовых видов спорта модулю)», «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (Теория и методика базовых видов спорта)»).

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7
2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic
3. Справочная система Консультант+
4. Okular или Acrobat Reader DC
5. Ark или 7-zip
6. SKY DNS
7. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «*Легкая атлетика*» (Теория и методика базовых видов спорта модуля)» в рамках реализации основной

профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура* используются:

Учебная аудитория для занятий лекционного типа оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), видеофильмами (Серия из 20 фильмов «Основы легкой атлетики», «Проведение соревнований по легкой атлетике»).

Учебная аудитория для занятий семинарского типа: оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

Реализация учебной дисциплины в форме практических занятий требует наличия спортивных залов, учебно-тренировочной базы, стадиона, зала силовой подготовки, раздевалок, душевых.

Оборудование спортивных залов: *мячи для метаний, спортивная легкоатлетическая разметка, флажки, конусы.*

Оборудование стадиона: *беговые дорожки с разметкой, прыжковая яма.*

Оборудование залов силовой подготовки: *тренажеры на свободных весах, блочные тренажеры, кардиотренажеры, грифы, диски, гантели, штанги, гимнастические палки, скакалки, скамейки.*

Оборудование раздевалок: *скамейки, шкафчики для одежды.*

Спортивные объекты:

Наименование объекта	Адрес	Площадь объекта	Количество занимающихся
Плоскостное сооружение	Лосиноостровская, дом 24	300 м ²	80-100 (одновременно)
Плоскостное сооружение	В.Пика дом 4 стр. 1	210 м ²	30-80 (одновременно)
Спортивный зал	Лосиноостровская, дом 24	240 м ²	45-60
Спортивный зал	Сталеваров дом 30	285,2 м ²	55-70
Тренажерный зал	Лосиноостровская, дом 30а	48,3 м ²	15-25

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть Интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

5.6 Образовательные технологии

При реализации дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «*Легкая атлетика*» применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «*Легкая атлетика*» предусматривает использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий в форме разбора конкретных ситуаций в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития **профессиональных** навыков обучающихся.

При освоении дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «*Легкая атлетика*» предусмотрено применением электронного обучения.

Учебные часы дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «*Легкая атлетика*» предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в

аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «*Легкая атлетика*» предусмотрены встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых связана с *направленностью* реализуемой основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата/магистратуры/специалитета.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1	Утверждена и введена в действие решением Ученого Совета факультета физической культуры на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. №940 и приказом Министерства науки и высшего образования от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные образовательные стандарты высшего образования»	Протокол заседания Ученого совета факультета № 10 от «01» июня 2022 года	01.09.2022



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«03» июня 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Лыжный спорт (МОДУЛЯ)

Направление подготовки
«Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Льжный спорт (модуля)» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата 49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

- 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;
- 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;
- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»;
- 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»;
- 05.012 Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»

Рабочая программа дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта, модуль) разработана рабочей в составе: кандидат педагогических наук, доцент факультета физической культуры РГСУ Еремин М.В., доцент факультета физической культуры РГСУ Петрова М. А.

Руководитель основной профессиональной образовательной программы к.п.н., доцент

Петрова М. А.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта, модуль) обсуждена и утверждена на Ученом совете факультета физической культуры. Протокол № 10 от «01» июня 2022 года

(наименование факультета)

Декан факультета физической культуры, доктор педагогических наук, доцент

Махов Александр Сергеевич

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта, модуль) рекомендована к утверждению представителями организаций-работодателей

Автономная некоммерческая организация «Профессиональный клуб женской гимнастики «Олимпия», Президент, тренер-преподаватель по спорту

Л.Н. Ступаченко

(подпись)

Рабочая программа учебной дисциплины рецензирована и рекомендована к утверждению:

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и адаптивной физической культуры Шуйского филиала ИвГУ

Е. А. Осокина

(подпись)

Доктор педагогических наук, профессор Факультета физической культуры РГСУ

В. Ю. Карпов

(подпись)

Согласовано Научная библиотека, директор

И.Г. Маляр

(подпись)

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы <i>бакалавриата</i>	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	4
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	28
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	28
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	30
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	32
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	32
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	34
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	40
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	40
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	40
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	63
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	64
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	66
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	67
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	67
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	67
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	68
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	69
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	70
5.6 Образовательные технологии	71
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	71

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта, модуля) заключается в получении обучающимися теоретических знаний в области теории и методики обучения лыжного спорта с последующим применением в профессиональной сфере и практических навыков, формирование принципов и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по лыжному спорту; формирование содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств лыжного спорта, правила и организация соревнований способы оценки результатов обучения.

Задачи дисциплины (модуля):

В результате изучения курса выпускник должен решать следующие профессиональные задачи:

1. Подбирать методики проведения занятий по лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;
2. Определять средства и величину нагрузки на занятиях по лыжному спорту, в зависимости от поставленных задач;
3. Использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей лыжного спорта;
4. Определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по лыжному спорту;
5. Определять задачи учебно-тренировочного занятия по лыжному спорту;
6. Подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса;
7. Подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся;
8. Раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин по лыжному спорту;
9. Планировать содержание учебно-тренировочных занятий и планы проведения соревнований с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы бакалавриата

Дисциплина (модуль) «*Лыжный спорт (модуль)*» реализуется в *обязательной* части основной образовательной программы по направлению подготовки «49.03.01 *Физическая культура*» очной, заочной формам обучения.

Изучение дисциплины (модуля) «*Лыжный спорт (модуль)*» базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися ранее в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): «*Физическая культура и спорт (модуль)*», «*Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (модуль)*».

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной (модулем):

- *Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта*

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной

программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: УК-7; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ПК-1; ПК-6, в соответствии с основной профессиональной образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура*.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7.	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК - 7.2. самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.	Знать: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-

				<p>измерительных приборов и инвентаря.</p> <p>Уметь: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p> <p>Владеть: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа</p>
--	--	--	--	--

				своего физического состояния, физической подготовленности.
Планирование	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. дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель,	Знать: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения, - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; – возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; – физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные

			<p>задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение, подбирать методику проведения на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся,</p>	<p>понятия возрастной психологии, - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - структуру построения занятий, формы и способы планирования; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту;- терминологию, классификацию, принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и способы оценки результатов обучения; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;- средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки.</p> <p>Уметь: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - применять биомеханические</p>
--	--	--	--	---

		<p>материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>	<p>технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение, подбирать методику проведения на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики,</p>
--	--	--	---

			<p>подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - раскрывать и интерпретировать методiku обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий. Владеть опытом: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста</p>
--	--	--	--

				<p>учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>
<p>Воспитание</p>	<p>ОПК – 5.</p>	<p>Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</p>	<p>ОПК-5.2. Умеет: - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для</p>	<p>Знать: - закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся; - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе; - характеристику коллектива и основы его формирования в спорте; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; - организацию воспитательного процесса в образовательных организациях; - технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.</p> <p>Уметь: - решать воспитательные задачи на</p>

		<p>формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга. 	<p>занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками;</p> <ul style="list-style-type: none"> - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга. <p>Владеть опытом:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных
--	--	--	---

				<p>общеобразовательных программ; - составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом; - организации участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях.</p>
<p>Обеспечение безопасности</p>	<p>ОПК – 7.</p>	<p>Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>ОПК-7.2. - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм; - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за</p>	<p>Знать: - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.) - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе</p>

			<p>медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на</p>	<p>учебной и спортивной деятельности; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию,</p>
--	--	--	---	---

		<p>нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p>	<p>подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС.</p> <p>Уметь: - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм; - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждений; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; -</p>
--	--	--	---

			<p>разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений;</p> <p>- поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p> <p>Владеть опытом: - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведения инструктажа по технике</p>
--	--	--	---

				<p>безопасности на занятиях физической культурой и спортом - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.</p>
Профилактика допинга	ОПК 8.	Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	<p>ОПК-8.2. - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; -</p>	<p>Знать: - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления</p>

			<p>планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.</p>	<p>просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий.</p> <p>Уметь: - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и</p>
--	--	--	--	--

				<p>методическому обеспечению антидопинговых программ; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.</p> <p>Владеть:- проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; - изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; - внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; - анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; - разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций;</p>
--	--	--	--	--

				- осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов.
Профессиональное взаимодействие	ОПК – 10.	Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта	ОПК-10.2. - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения; - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами; - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; - предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся	Знать: - основы менеджмента, управления персоналом; - основы эффективных коммуникаций; - методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетними обучающимися, коллегами по работе; - методы консультирования, проведения мастер-классов, круглых столов; - нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи; - методы оценки качества и результативности работы подчиненных; - типичные психологические трудности занимающихся физической культурой и спортом; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного

			<p>физкультурно-спортивной деятельностью; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; - вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся; - определять цели и задачи деятельности спортивного актива; - контролировать и направлять работу спортивного актива; - определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта; - оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p>	<p>процесса, а также занятий двигательной рекреацией; - основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе; - методики подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p> <p>Уметь: - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения; - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами; - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; - предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в</p>
--	--	--	---	--

				<p>профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; - вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся; - определять цели и задачи деятельности спортивного актива; - контролировать и направлять работу спортивного актива; - определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта; - оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p> <p>Владеть - определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; - составления плана физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - распределения задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды); - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; - применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися физической культурой и</p>
--	--	--	--	---

				спортом; - анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.
Разработка и реализация программ спортивной подготовки	ПК-1	Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки	ПК-1.2.: использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся, вести первичную учетно-отчетную документацию по реализации программ спортивной подготовки в электронном и бумажном виде, выявлять проблемы в организации спортивной работы, предложить мероприятия по совершенствованию подготовки, использовать методы календарного планирования, использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности.	Знать: Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта(правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями); методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние, санитарно-гигиенические требования к организациям дополнительного образования, дошкольным, общеобразовательным, профессиональным образовательным организациям, организациям высшего и дополнительного профессионального образования, осуществляющим образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной

				<p>подготовки, подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на тренировочном этапе, методика преподавания, основы биомеханики, физиологии и гигиены спорта, режимы тренировочной работы, предельные тренировочные нагрузки, объем индивидуальной спортивной подготовки, методики контроля и оценки физической подготовленности обучающихся, методы планирования тренировочного процесса, современные методы тренировочной работы, порядок составления и ведения учетно-отчетной документации, нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией, основы работы с персональным компьютером, с электронной почтой, текстовыми редакторами, электронными таблицами и браузерами, правила внутреннего трудового распорядка, этические нормы в области спорта, правила охраны труда и пожарной безопасности.</p> <p>Уметь: использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся, вести первичную учетно-отчетную документацию по реализации программ спортивной подготовки в электронном и бумажном виде, выявлять проблемы в организации спортивной работы, предложить мероприятия по совершенствованию подготовки, использовать методы календарного планирования, использовать</p>
--	--	--	--	--

				<p>информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности.</p> <p>Владеть: Календарно-тематическим планированием и составлением расписания занятий по реализации программ на этапах спортивной подготовки в соответствии с локальными актами, целями и задачами физкультурно-спортивной организации, Организацией прохождения обучающимися контрольных процедур с целью с целью выполнения ими контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, установленных образовательными программами, разработка комплексной программы подготовки спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям по соответствующему направлению в работе, разработкой комплексных и индивидуальных планов подготовки спортсменов (команды) согласно утвержденным планам проведения спортивных мероприятий, систематическим учетом, анализом, обобщением результатов работы, в том числе с использованием электронных форм, оценка эффективности подготовки обучающихся с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности, внедрением современных методик подготовки обучающихся по программам этапа спортивной подготовки,</p>
--	--	--	--	---

				внесением коррективы в дальнейшую подготовку обучающихся.
Педагогическая деятельность	ПК-6.	Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства, приемы организации деятельности обучающихся	ПК-6.2: Анализировать динамику физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, выявлять проблемы в цикле тренировки, Обосновывать рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося для сохранения функционального состояния и спортивной формы, Использовать средства спортивной физиологии для анализа и разработки отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, программ спортивной подготовки, планов спортивной подготовки, Проводить консультирование тренеров по прикладным вопросам физиологии спорта в практике тренировочного и соревновательного процесса, Прогнозировать воздействие отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные	Знать: - Анатомия человека, Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, Физиология человека с основами биохимии, Основы медицинских знаний, диетология, Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий, Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки, физкультурно-оздоровительные технологии, Педагогические средства управления величиной и направленностью тренировочной нагрузки, Порядок составления отчетной документации по консультированию тренеров, занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки, спортивный мониторинг. Уметь: Анализировать динамику физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, выявлять проблемы в цикле тренировки, Обосновывать рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося для сохранения функционального состояния и спортивной формы, Использовать средства спортивной физиологии для анализа и разработки отдельных

			<p>средства представления информации при проведении выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров.</p>	<p>комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, программ спортивной подготовки, планов спортивной подготовки, Проводить консультирование тренеров по прикладным вопросам физиологии спорта в практике тренировочного и соревновательного процесса, Прогнозировать воздействие отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации при проведении выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров.</p> <p>Владеть: Ознакомлением педагога-тренера (группы тренеров), занимающихся с результатами контрольных мероприятий по оценке физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, а также с собственными выводами и рекомендациями, сделанными по результатам контрольных мероприятий, консультированием педагогов-тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам совершенствования общей физической и специальной подготовки занимающегося, содержанию самостоятельных тренировок, по вопросам спортивного и оздоровительного питания (диеты), Выполнением по запросу занимающегося, педагога (группы тренеров)</p>
--	--	--	---	--

				физиологических обоснований отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, прогнозированием воздействия данных мероприятий на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Разработкой планов и программ спортивной подготовки занимающихся в части, касающейся организации общей физической подготовки, специальной подготовки, Проведением публичных выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров по основам спортивной физиологии, организации общей физической подготовки, специальной подготовки
--	--	--	--	--

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единиц.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		2
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	72	72
Учебные занятия лекционного типа	8	8
<i>из них: в форме практической подготовки</i>		
Практические занятия	32	32
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	25	25
Лабораторные занятия		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>		
Иная контактная работа	32	32

<i>из них: в форме практической подготовки</i>		
Самостоятельная работа обучающихся	36	36
Контроль промежуточной аттестации	36	36
Форма промежуточной аттестации	экзамен	экзамен
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	144	144

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 2
		Сессия 3-4
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	32	32
Учебные занятия лекционного типа	4	4
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	3	3
Практические занятия	12	12
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	12	12

Лабораторные занятия		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>		
Иная контактная работа	16	16
<i>из них: в форме практической подготовки</i>		
Самостоятельная работа обучающихся	103	103
Контроль промежуточной аттестации	9	9
Форма промежуточной аттестации	экзамен	экзамен
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	144	144

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Лекционные занятия из них: в форме практической подготовки	Семинарские/ практические занятия из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа из них: в форме практической подготовки				
Модуль 1. Лыжный спорт (семестр 2)										
Раздел.1. Характеристика и содержание дисциплины «Лыжный спорт». Основные тенденции современного лыжного спорта	26	8	18	2		8	6			8
Раздел 2. Общая характеристика преподавания лыжного спорта	26	8	18	2		8	6			8
Раздел 3. Методика обучения в лыжах	28	10	18	2		8	6			8
Раздел 4. Организация и проведение соревнований	28	10	18	2		8	7			8
Контроль промежуточной аттестации (час)	36									
Общий объем, часов	108	36	72	8		32	25			32
Форма промежуточной аттестации	<i>экзамен</i>									

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Модуль 1. Лыжный спорт 2 курс (Сессии 3-4)											
Раздел.1. Характеристика и содержание дисциплины «Лыжный спорт». Основные тенденции современного лыжного спорта	34	26	8			4	4			4	
Раздел 2. Общая характеристика преподавания лыжного спорта	34	26	8			4	4			4	
Раздел 3. Методика обучения в лыжах	34	26	8	2	3	2	2			4	
Раздел 4. Организация и проведение соревнований	33	25	8	1		2	2			4	
Контроль промежуточной аттестации (час)	9										
Общий объем, часов	135	103	32	3	3	12	12			16	
Форма промежуточной аттестации	<i>экзамен</i>										

РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся
--------------	-------	---

		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1. Лыжный спорт (2 семестр)							
Раздел.1. Характеристика и содержание дисциплины «Лыжный спорт». Основные тенденции современного лыжного спорта	8	4	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	2	Письменная работа	2	Компьютерное тестирование
Раздел 2. Общая характеристика преподавания лыжного спорта	8	4	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	2	Письменная работа	2	Компьютерное тестирование
Раздел 3. Методика обучения в лыжах	10	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	2	Письменная работа	2	Компьютерное тестирование
Раздел 4. Организация и проведение соревнований	10	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	2	Письменная работа	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по дисциплине, часов	36	20	-	8	-	8	-

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1. Лыжный спорт 2 курс (Сессия 3-4)							

Раздел 1. Характеристика и содержание дисциплины «Лыжный спорт». Основные тенденции современного лыжного спорта	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Письменная работа	2	Компьютерное тестирование
Раздел 2. Общая характеристика преподавания лыжного спорта	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Письменная работа	2	Компьютерное тестирование
Раздел 3. Методика обучения в лыжах	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Письменная работа	2	Компьютерное тестирование
Раздел 4. Организация и проведение соревнований	25	13	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Письменная работа	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по дисциплине, часов	103	55	-	40	-	8	-

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)

МОДУЛЬ 1. ЛЫЖНЫЙ СПОРТ.

РАЗДЕЛ 1. ХАРАКТЕРИСТИКА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «ЛЫЖНЫЙ СПОРТ». ОСНОВНЫЕ ТЕНДЕНЦИИ СОВРЕМЕННОГО ЛЫЖНОГО СПОРТА

Цель: изучить основные тенденции современного лыжного спорта

Перечень изучаемых элементов содержания: лыжная подготовка в системе физического воспитания. История развития лыжного спорта. Развитие лыжного спорта в нашей стране. Виды лыжного спорта: характеристика, классификация, терминология

Вопросы для самоподготовки:

1. Эксплуатационные характеристики лыж, типы лыжных креплений, детали лыжной палки.
2. Признаки деления лыжных ходов на классические и коньковые, одновременные и попеременные, а также с учетом количества шагов в цикле хода.
3. Общая характеристика лыжных мазей и парафинов.
4. Классификация способов передвижения на лыжах.

самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1:

Перечень тем письменной работы к разделу 1:

1. Содержание дисциплины «Лыжный спорт».
2. Значимость системы подготовки лыжного спорта в системе физического воспитания в школе.
3. Значимость системы подготовки лыжного спорта в системе физического воспитания в дошкольном учреждении.
4. Значимость системы подготовки лыжного спорта в системе физического воспитания в высшем учебном учреждении.
5. История развития лыжного спорта.
6. Спортсмены-лыжники, достижения, титулы.
7. Пути совершенствования лыжного спорта.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 1: форма рубежного контроля – компьютерное тестирование.

РАЗДЕЛ 2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ЛЫЖНОГО СПОРТА

Цель: изучить характеристику и содержание дисциплины «Лыжный спорт».

Перечень изучаемых элементов содержания: Лыжная подготовка в системе физического воспитания. История развития лыжного спорта. Развитие лыжного спорта в нашей стране. Виды лыжного спорта: характеристика, классификация, терминология. Сведения о развитии техники. Техника лыжного спорта, ее определение и понятия. Основные требования, предъявляемые к технике.

Пространственные, временные, пространственно-временные, ритмические и динамические характеристики передвижения на лыжах. Общая схема движений в попеременных и одновременных ходах.

Скользкий шаг, его периоды и фазы. Анализ техники попеременного двухшажного хода. Согласованность движений в цикле хода, работа рук и ног.

Основы горнолыжной техники. Силы, действующие на лыжника при движении по склону. Факторы, влияющие на устойчивость лыжника при спуске.

Способы спусков: в основной, высокой и низкой стойках (с узким и широким ведением лыж), наискось, в стойке отдыха.

Способы подъемов: ступающим шагом, «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой». Способы торможения лыжами: плугом, упором.

Поворот в движении переступанием.

Анализ техники одновременных ходов. Одновременный толчок палками.

Работа ног в цикле одновременных ходов. Согласованность движений. Одновременные ходы: бесшажный, одношажный, двухшажный. Варианты техники одновременных ходов.

Сравнительная характеристика попеременных и одновременных ходов. Способы перехода с хода на ход.

Выбор способов передвижения на лыжах в зависимости от условий скольжения, рельефа местности, характера опоры, обстановки соревнования, индивидуальных особенностей.

Анализ техники поворотов в движении: рулением (упором, плугом), махом (из упора и на параллельных лыжах).

Коньковые хода.

Двигательные навыки и их характерные черты. Взаимодействие навыков и последовательность обучения отдельным способам передвижения на лыжах:

поворотам на месте, ходам, подъемам, спускам, торможениям, поворотам в движении. Задачи, принципы и методы обучения.

Тема 2.1. Основы техники передвижения на лыжах с методикой обучения

Цель: изучить основы техники передвижения на лыжах

Перечень изучаемых элементов содержания

Сведения о развитии техники. Техника лыжного спорта, ее определение и понятия. Основные требования, предъявляемые к технике. Пространственные, временные, пространственно-временные, ритмические и динамические характеристики передвижения на лыжах. Общая схема движений в попеременных и одновременных ходах. Скользящий шаг, его периоды и фазы. Анализ техники попеременного двухшажного хода. Согласованность движений в цикле хода, работа рук и ног. Основы горнолыжной техники. Силы, действующие на лыжника при движении по склону. Факторы, влияющие на устойчивость лыжника при спуске. Способы спусков: в основной, высокой и низкой стойках (с узким и широким ведением лыж), наискось, в стойке отдыха. Способы подъемов: ступающим шагом, «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой». Способы торможения лыжами: плугом, упором. Поворот в движении переступанием. Анализ техники одновременных ходов.

Вопросы для самоподготовки:

1. Структура процесса обучения в лыжном спорте.
2. Особенности организации и методики обучения в лыжном спорте.
3. Дифференцированный и индивидуальный подходы в обучении передвижению на лыжах.
4. Выбор, подготовка мест занятий и размещение занимающихся.
5. Предупреждение травматизма, температурные нормы при занятиях лыжной подготовкой и лыжным спором Методика обучения отдельным способам
6. передвижения на лыжах. Применение специально-подводящих и специально-подготовительных упражнений.
7. Причины появления ошибок и пути их исправления.
8. Использование технических средств обучения в лыжном спорте. Особенности методики обучения в зависимости от пола и возраста учащихся.

Тема 2.2. Формы организации работы и занятий по лыжному спорту и лыжной подготовке

Цель: изучить основные формы организации работы и занятий по лыжному спорту

Перечень изучаемых элементов содержания: Учебная работа по лыжной подготовке в школе. Внеклассная и внешкольная работа по лыжному спорту. Урок как основная форма проведения занятий. Требования, предъявляемые к уроку лыжной подготовки. Типы уроков. Структура урока. Подготовка учителя к уроку: подготовка материальной базы, организационная работа с родителями и учащимися, составление документации, индивидуальная подготовка учителя. Выбор и подготовка мест занятий: учебные площадки, учебные и тренировочные лыжни и склоны. Организация учащихся на уроках лыжной подготовки.

Вопросы для самоподготовки

1. Гигиенические требования к проведению занятий по лыжному спорту.
2. Предупреждение травматизма при различных занятиях на лыжах.
3. Лыжная подготовка и лыжный спорт в гимназиях, лицеях, профессионально-технических училищах, средних специальных учебных заведениях, педагогических училищах и колледжах.
4. Организация и методика проведения оздоровительных занятий со взрослым, населением.

Тема 2.3. Обучение основам техники лыжных ходов

Цель: изучить обучение основам техники лыжных ходов

Перечень изучаемых элементов содержания: Скользящий шаг. Техника попеременного двухшажного классического хода. Попеременный четырехшажный классический ход. Одновременный бесшажный классический ход. Одновременный двухшажный ход.

Одновременный одношажный ход. Основы горнолыжной техники. Основы техники передвижения коньковыми ходами.

Вопросы для самоподготовки:

1. Особенности организации обучения способам передвижения на лыжах.
2. Методика обучения технике передвижения на лыжах: классическим и коньковым ходам, переходам с одного хода на другой, способам подъемов, спусков, торможений, поворотов, преодоления неровностей.
3. Последовательность обучения различным лыжным ходам, способам подъемов, спусков, торможений, поворотов.

Форма практического задания: письменная работа

Примерный перечень тем письменных работ к разделу 2:

1. Методика обучения технике передвижения на лыжах: классическим и коньковым ходам, переходам с одного хода на другой, способам подъемов, спусков, торможений, поворотов, преодоления неровностей.
2. Показатели нагрузки в передвижении на лыжах оздоровительной направленности.
3. Особенности организации обучения способам передвижения на лыжах.
4. Методика обучения технике передвижения на лыжах: классическим и коньковым ходам, переходам с одного хода на другой, способам подъемов, спусков, торможений, поворотов, преодоления неровностей.
5. Последовательность обучения различным лыжным ходам, способам подъемов, спусков, торможений, поворотов.
6. Методика обучения технике передвижения на лыжах.
7. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Классическим и коньковым ходам,
8. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Переходам с одного хода на другой,
9. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Способам подъемов.
10. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Спусков.
11. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Торможений.
12. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Поворотов.
13. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Преодоления неровностей.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 2: форма рубежного контроля – компьютерное тестирование

РАЗДЕЛ 3. МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ В ЛЫЖАХ

Цель: изучить особенности методики обучения в лыжах

Перечень изучаемых элементов содержания Основы методики тренировки. Методика обучения лыжным ходам. Дидактические принципы обучения в лыжном спорте. Особенности самоконтроля в зимних условиях, особенности самоконтроля в горном походе; значение систематического медицинского осмотра, предупреждение потёртостей, тепловых и солнечных ударов, обморожений. Развитие у лыжников общей и специальной силы. Развитие у лыжников общей и специальной выносливости. Развитие у лыжников общей и специальной быстроты. Развитие у лыжников общей и специальной гибкости и ловкости. Скользящий шаг. Техника попеременного двухшажного классического хода. Попеременный четырехшажный классический ход. Одновременный бесшажный классический ход. Одновременный двухшажный ход. Одновременный одношажный ход. Основы горнолыжной техники. Основы техники передвижения коньковыми ходами. Подъем ступающим шагом. Подъем «полуелочкой». Подъем «елочкой».

Подъем «лесенкой». Основная стойка. Высокая стойка применяется при прохождении спусков. спуск наискось. Низкая стойка применяется при прохождении спусков. спуск наискось. Стойка отдыха. Торможение «плугом». Торможение упором. Торможение боковым соскальзыванием. Торможение падением. Поворот переступанием. Поворот упором. Поворот «плугом». Поворот из упора. Поворот на параллельных лыжах.

Тема 3.1. Методика обучения в лыжах

Цель: изучить особенности методики обучения в лыжных-гонках

Перечень изучаемых элементов содержания: Основы методики тренировки. Методика обучения лыжным ходам. Дидактические принципы обучения в лыжном спорте. Критерии и методы отбора лыжников.

Вопросы для самоподготовки:

1. Методика обучения технике передвижения на лыжах: классическим и коньковым ходам, переходам с одного хода на другой, способам подъемов, спусков, торможений, поворотов, преодоления неровностей.
2. Последовательность обучения различным лыжным ходам, способам подъемов, спусков, торможений, поворотов.
3. Методика обучения технике передвижения на лыжах: классическим и коньковым ходам, переходам с одного хода на другой, способам подъемов, спусков, торможений, поворотов, преодоления неровностей.

Тема 3.2. Методика воспитания специальных физических качеств лыжника

Цель: рассмотреть методику воспитания специальных физических качеств лыжников

Перечень изучаемых элементов содержания: Развитие у лыжников общей и специальной силы. Развитие у лыжников общей и специальной выносливости. Развитие у лыжников общей и специальной быстроты. Развитие у лыжников общей и специальной гибкости и ловкости.

Вопросы для самоподготовки:

1. Методика обучения технике передвижения на лыжах: классическим и коньковым ходам, переходам с одного хода на другой, способам подъемов, спусков, торможений, поворотов, преодоления неровностей
2. Показатели нагрузки в передвижении на лыжах оздоровительной направленности.
3. Последовательность обучения различным лыжным ходам

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 3

Форма практического задания: письменная работа

Примерный перечень тем письменных работ к разделу 2:

1. Методика обучения технике передвижения на лыжах и управлять лыжами при поворотах на месте;
2. Методика обучения технике передвижению ступающим и скользящим шагом;
3. Методика обучения технике преодоления небольших подъемов и спусков с пологих склонов;
4. Методика обучения технике поворота переступанием в движении;
5. Методика обучения технике ходьбы широким шагом с размахиванием руками (в плоскости плеча) и ходьба полу выпадам;

6. Имитация фазы одноопорного скольжения (вес тела на опорной ноге, другая выпрямлена и отведена назад);
7. Имитация фазы махи ногами в одноопорном положении. Подскоки (невысокие) в положении одноопорного скольжения. Прыжки вперед с одной ноги на другую. Прыжки вперед с широкими размахиваниями руками (поочередно);
8. Имитация движения рук в скользящем шаге без палок (в положении посадки ноги чуть согнуты в коленях, туловище немного наклонено вперед, стопы параллельны);
9. Имитация Движений скользящего шага на месте в положении свободного скольжения (поочередно на правой и левой ноге);
10. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Одновременный безшажный классический ход;
11. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Попеременный двушажный классический ход;
12. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Одновременный одношажный классический ход;
13. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Полу коньковый ход;
14. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Одновременный двушажный коньковый ход;
15. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Одновременный одношажный коньковый ход.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 3: форма рубежного контроля – компьютерное тестирование

РАЗДЕЛ 4. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ

Цель: рассмотреть особенности проведения соревнований по лыжному споту

Перечень изучаемых элементов содержания: Значение соревнований при занятиях лыжной подготовкой и лыжным спортом. Классификация соревнований в зависимости от масштаба, цели, форм организации, условий зачета, возрастных особенностей и подготовленности учеников. Планирование соревнований. Календарный план соревнований и требования, предъявляемые к его составлению. Проведение урока по лыжной подготовки для учащихся 9-11 классов. Особенности организации и проведения соревнований по лыжным гонкам в школе. Пропаганда соревнований. Роль общественного актива и организации и проведении соревнований

Тема 4.1. Организация и проведение соревнований по лыжному спорту

Цель: рассмотреть особенности проведения соревнований по лыжному споту

Перечень изучаемых элементов содержания: Значение соревнований при занятиях лыжной подготовкой и лыжным спортом. Классификация соревнований в зависимости от масштаба, цели, форм организации, условий зачета, возрастных особенностей и подготовленности учеников. Планирование соревнований. Календарный план соревнований и требования, предъявляемые к его составлению

Вопросы для самоподготовки:

1. Положение о соревнованиях. Системы зачета в соревнованиях по лыжному спорту.
2. Выбор мест соревнований, подготовка трасс, оборудование старта и финиша. Организационная работа по подготовке соревнований.
3. Судейская коллегия: подбор, состав, обязанности отдельных судей. Работа судейской коллегии. Документация соревнований. Подведение итогов соревнований.
4. Правила соревнований по лыжным гонкам.

Тема 4.2. Основы проведения урока по лыжам

Цель: изучить основы проведения урока с использованием лыжного оборудования

Перечень изучаемых элементов содержания: Материальное обеспечение соревнований, водоснабжение, обеспечение дровами. Организация и проведение соревнований и слётов. Работа служб: секретариата, старта, финиша.

Вопросы для самоподготовки:

Основы методики тренировки. Методика обучения лыжным ходам. Дидактические принципы обучения в лыжном спорте. Проведение урока по лыжной подготовки для учащихся 9-11 классов. Особенности организации и проведения соревнований по лыжным гонкам в школе. Пропаганда соревнований. Роль общественного актива и организации и проведении соревнований.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 4

Форма практического задания: письменная работа

Примерный перечень тем письменных работ к разделу 3:

1. Спланировать заданную дистанцию;
2. Подготовить необходимое оборудование;
3. Обеспечить постановку дистанции на местности, подготовку средств отметки;
4. Обеспечить судейство мероприятия.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 4: форма рубежного контроля – компьютерное тестирование.

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является экзамен который проводится в устной/письменной форме.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
УК-7.	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК - 7.1.Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы	Этап формирования знаний

		<p>организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря.</p>	
		<p>УК - 7.2. Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p>	<p>Этап формирования умений</p>
		<p>УК - 7.3. Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.</p>	
ОПК-1	<p>Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>ОПК-1.1. Знает: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения. - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - химический состав организма человека; - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте;</p>	<p>Этап формирования знаний</p>

		<p>- физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту;</p> <p>- терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее</p>	
--	--	--	--

		<p>может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;</p> <p>- терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p>	
		<p>ОПК -1.2. Умеет: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей,</p>	
--	--	---	--

		<p>интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>	
		<p>ОПК - 1.3. Имеет опыт: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся,</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>виды их двигательной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетки, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации. 	
ОПК – 5.	<p>Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</p>	<p>ОПК - 5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся; - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической 	<p>Этап формирования знаний</p>

		<p>культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе; - характеристику коллектива и основы его формирования в спорте; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; - организацию воспитательного процесса в образовательных организациях; - технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.</p>	
		<p>ОПК-5.2. Умеет: - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга.</p>	<p>Этап формирования умений</p>
		<p>ОПК-5.3 Владеет опытом: - подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ; - составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом; - организации участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях.</p>	
ОПК – 7.	<p>Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>ОПК-7.1 Знает: - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержания; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.) - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения физкультурно-</p>	<p>Этап формирования знаний</p>

		<p>оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке. - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным</p>	
--	--	---	--

		<p>играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС.</p>	
		<p>ОПК-7.2. Умеет: - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; -проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p>	
		<p>ОПК-7.3. Имеет опыт измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; - использования специальной аппаратуры и инвентаря; -</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся. 	
ОПК 8.	Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	ОПК-8.1. Знает: - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и	Этап формирования знаний

		<p>стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий;</p> <p>- методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий;</p> <p>- международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий.</p>	
		<p>ОПК-8.2. Умеет: - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению;</p> <p>- выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте;</p> <p>- выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.	
		ОПК-8.3 Имеет опыт - выбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия; - проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; - изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; - внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; - выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ; - анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; - разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций; - осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов.	Этап формирования навыков и получения опыта
ОПК – 10.	Способен организовать совместную	ОПК-10.1. Знает: - основы менеджмента, управления персоналом; - основы	Этап формирования знаний

	<p>деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта</p>	<p>эффективных коммуникаций; - методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетними обучающимися, коллегами по работе; - методы консультирования, проведения мастер-классов, круглых столов; - нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи; - методы оценки качества и результативности работы подчиненных; - типичные психологические трудности занимающихся физической культурой и спортом; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией; - основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе; - методики подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p>	
		<p>ОПК-10.2. Умеет: - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения; - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами; - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; -</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; - вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся; - определять цели и задачи деятельности спортивного актива; - контролировать и направлять работу спортивного актива; - определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта; - оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p>	
		<p>ОПК-10.3. Имеет опыт определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; - составления плана физкультурно-спортивного</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - распределения задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды); - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; - применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися физической культурой и спортом; - анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.</p>	
ПК-1.	<p>Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки</p>	<p>ПК-1.1. Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями); методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние, санитарно-гигиенические требования к организациям дополнительного образования, дошкольным, общеобразовательным,</p>	<p>Этап формирования знаний</p>

		<p>профессиональным образовательным организациям, организациям высшего и дополнительного профессионального образования, осуществляющим образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки, подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на тренировочном этапе, методика преподавания, основы биомеханики, физиологии и гигиены спорта, режимы тренировочной работы, предельные тренировочные нагрузки, объем индивидуальной спортивной подготовки, методики контроля и оценки физической подготовленности обучающихся, методы планирования тренировочного процесса, современные методы тренировочной работы, порядок составления и ведения учетно-отчетной документации, нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией, основы работы с персональным компьютером, с электронной почтой, текстовыми редакторами, электронными таблицами и браузерами, правила внутреннего трудового распорядка, этические нормы в области спорта, правила охраны труда и пожарной безопасности.</p>	
		<p>ПК-1.2. Умения: использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся, вести первичную учетно-отчетную</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>документацию по реализации программ спортивной подготовки в электронном и бумажном виде, выявлять проблемы в организации спортивной работы, предложить мероприятия по совершенствованию подготовки, использовать методы календарного планирования, использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности.</p>	
		<p>ПК - 1.3. Владеть опытом: Календарно-тематическим планированием и составлением расписания занятий по реализации программ на этапах спортивной подготовки в соответствии с локальными актами, целями и задачами физкультурно-спортивной организации, Организацией прохождения обучающимися контрольных процедур с целью с целью выполнения ими контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, установленных образовательными программами, разработка комплексной программы подготовки спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям по соответствующему направлению в работе, разработкой комплексных и индивидуальных планов подготовки спортсменов (команды) согласно утвержденным планам проведения спортивных мероприятий, систематическим учетом, анализом, обобщением результатов работы, в том числе с использованием электронных форм, оценка эффективности подготовки обучающихся с использованием современных информационных и</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности, внедрением современных методик подготовки обучающихся по программам этапа спортивной подготовки, внесением коррективы в дальнейшую подготовку обучающихся.	
ПК-6.	Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства, приемы организации деятельности обучающихся	<p>ПК-6 Знать: - Анатомия человека, Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, Физиология человека с основами биохимии, Основы медицинских знаний, диетология, Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий, Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки, физкультурно-оздоровительные технологии, Педагогические средства управления величиной и направленностью тренировочной нагрузки, Порядок составления отчетной документации по консультированию тренеров, занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки, спортивный мониторинг.</p>	Этап формирования знаний
		<p>ПК – 6.2. Уметь: Анализировать динамику физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, выявлять проблемы в цикле тренировки, Обосновывать рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося для сохранения функционального состояния и спортивной формы, Использовать средства спортивной физиологии для анализа и разработки отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, программ спортивной подготовки, планов спортивной подготовки, Проводить</p>	Этап формирования умений

		<p>консультирование тренеров по прикладным вопросам физиологии спорта в практике тренировочного и соревновательного процесса, Прогнозировать воздействие отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации при проведении выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров.</p>	
		<p>ПК- 6.3. Владеть: Ознакомлением педагога-тренера (группы тренеров), занимающихся с результатами контрольных мероприятий по оценке физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, а также с собственными выводами и рекомендациями, сделанными по результатам контрольных мероприятий, консультированием педагогов-тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам совершенствования общей физической и специальной подготовки занимающегося, содержанию самостоятельных тренировок, по вопросам спортивного и оздоровительного питания (диеты), Выполнением по запросу занимающегося, педагога (группы тренеров) физиологических обоснований отдельных комплексов упражнений, спортивных</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>подвижных игр, прогнозированием воздействия данных мероприятий на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Разработкой планов и программ спортивной подготовки занимающихся в части, касающейся организации общей физической подготовки, специальной подготовки, Проведением публичных выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров по основам спортивной физиологии, организации общей физической подготовки, специальной подготовки</p>	
--	--	---	--

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
<p>УК-7; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ПК-1; ПК-6</p>	<p>Этап формирования знаний.</p>	<p>Теоретический блок вопросов.</p> <p>Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал</p>	<p>1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок: (9-10] баллов;</p> <p>2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения: [8-9) баллов;</p> <p>3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в</p>

			изложении программного материала: (6-8) баллов; 4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки: [0-6] баллов.
УК-7; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ПК-1; ПК-6	Этап формирования умений	Аналитическое задание (<i>контрольные работы, компьютерное тестирование</i>) Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений	1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10] баллов; 2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов; 3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов; 4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6] баллов.
УК-7; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ПК-1; ПК-6	Этап формирования навыков и получения опыта.	Аналитическое задание (<i>контрольные работы, компьютерное тестирование</i>) Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.	3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов; 4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6] баллов.

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Теоретический блок вопросов:

МОДУЛЬ 1. ЛЫЖНЫЙ СПОРТ.

Теоретический блок вопросов:

1. Эксплуатационные характеристики лыж, типы лыжных креплений, детали лыжной палки.
2. Признаки деления лыжных ходов на классические и коньковые, одновременные и попеременные, а также с учетом количества шагов в цикле хода.
3. Общая характеристика лыжных мазей и парафинов.
4. Классификация способов передвижения на лыжах.
5. Фазы формирования двигательного навыка и этапы обучения.
6. Технология смазки лыж и нанесения парафина.
7. Понятие о классическом и свободном стилях передвижения.
8. Основные дидактические принципы обучения.
9. Требования к одежде и обуви лыжника-гонщика.
10. Особенности организации обучения способам передвижения на лыжах.
11. Словесные, наглядные и практические методы обучения.
12. Методика обучения технике передвижения на лыжах: классическим и коньковым ходам, переходам с одного хода на другой, способам подъемов, спусков, торможений, поворотов, преодоления неровностей.
13. Начальное обучение владению лыжным инвентарем, ступающему и скользящему шагу, управлению лыжами, освоению со снежной средой.
14. Взаимосвязь мест занятий по лыжной подготовке с этапами обучения.
15. Части урока, их содержание и примерная относительная продолжительность.
16. Последовательность обучения различным лыжным ходам, способам подъемов, спусков, торможений, поворотов.
17. Наиболее распространенные травмы при занятиях лыжами, причины их возникновения и меры предупреждения.
18. Специфичные требования к подготовке учебной площадки, учебной и тренировочной лыжни.
19. Лыжные гонки как циклический вид физкультурно-спортивной деятельности на выносливость.
20. Типичные ошибки при овладении попеременными и одновременными классическими и коньковыми лыжными ходами.
21. Оздоровительная эффективность занятий лыжами.
22. Лыжная подготовка учащейся молодежи и студентов основного и специального отделений, отделения спортивного совершенствования.
23. Простейшие упражнения на лыжах для дошкольников.
24. Требования к разработке плана-конспекта.
25. Назовите известных выдающихся лыжников нашей страны.
26. Какие виды лыжного спорта вы знаете?
27. Особенности старта и определения результатов в лыжной гонке преследования с перерывом.
28. Использование занятий лыжами в оздоровлении и социальной адаптации инвалидов по слуху, зрению, опорно-двигательному аппарату, умственному развитию.
29. Передвижение на лыжах – самое популярное и массовое средство двигательной активности населения России в зимнее время.
30. Основные разделы «Положения о соревнованиях».
31. Классификация соревнований в лыжном спорте по масштабу и спортивной значимости, с учетом целей и задач, в зависимости от условий зачета и формы организации.
32. Виды старта в соревнованиях по лыжным гонкам.
33. Опишите основную стойку лыжника.
34. Показатели нагрузки в передвижении на лыжах оздоровительной направленности.

35. Специфика определения результатов в лыжном спринте, эстафете и в соревнованиях с общего старта.

36. Понятия о лыжной трассе, дистанции, лыжне, трассе для классического и свободного стилей, схеме и профиле трассы.

Аналитический блок заданий:

1. Составить конспект урока по лыжам для 1-го класса.
2. Составить конспект урока по лыжам для 2-го класса.
3. Составить конспект урока по лыжам для 3-го класса.
4. Составить конспект урока по лыжам для 4-го класса.
5. Составить конспект урока по лыжам для 5-го класса.
6. Составить конспект урока по лыжам для 6-го класса.
7. Составить конспект урока по лыжам для 7-го класса.
8. Составить конспект урока по лыжам для 8-го класса.
9. Составить конспект урока по лыжам для 9-го класса.
10. Составить конспект урока по лыжам для 10-го класса.
11. Составить конспект урока по лыжам для 11-го класса.
12. Составить конспект по развитию физических качеств лыжников: выносливости.
13. Составить конспект по развитию физических качеств лыжников: скоростно-силовых качеств.
14. Составить конспект по развитию физических качеств лыжников: координационных способностей и гибкости.
15. Составить конспект по развитию физических качеств лыжников: силы.
16. Составить конспект занятия по лыжам с оздоровительной направленностью для лиц зрелого возраста.
17. Составить конспект занятия по лыжам с оздоровительной направленностью для лиц пожилого возраста.
18. Составить конспект учебно-тренировочного занятия по лыжам в бесснежный период.
19. Составить конспект учебно-тренировочного занятия по лыжам в соревновательный период.
20. Составить конспект учебно-тренировочного занятия по лыжам в переходный период.
21. Составить конспект учебно-тренировочного занятия по лыжам в подготовительный период.

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата/магистратуры/специалитета в Российском государственном социальном университете и Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для экзаменѐ.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным

программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

1. Димова, А. Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: учебник для вузов / А. Л. Димова. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 428 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14068-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496660>
2. Физическая культура и спорт: учебное пособие: [16+] / Т. В. Колтошова, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова [и др.] ; Омский государственный технический университет. – Омск: Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2020. – 169 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=682103> . – ISBN 978-5-8149-3001-9. – Текст: электронный.

5.1.2. Дополнительная литература

1. Дворкин, Л. С. Атлетическая гимнастика. Методика обучения: учебное пособие для вузов / Л. С. Дворкин. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 148 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11034-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494024>
2. Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка: учебное пособие для вузов / Е. Ф. Жданкина, И. М. Добрынин; под научной редакцией С. В. Новаковского. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 125 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10153-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492125>
3. Теория и методика избранного вида спорта: учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492815>

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/

3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Лыжный спорт» предполагает изучение материалов дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта, модуля) на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров и практических занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программой дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач;
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной учебной программой тематики.

Обработка, обобщение полученных результатов практического занятия проводится обучающимися самостоятельно или под руководством преподавателя (в зависимости от степени сложности поставленных задач). В результате оформляется индивидуальный отчет. Подготовленная к сдаче на контроль и оценку работа сдается преподавателю. Форма отчетности может быть письменная, устная или две одновременно. Главным результатом в данном случае служит получение положительной оценки по каждому практическому занятию. Это является необходимым условием при проведении рубежного контроля и допуска к экзамену. При получении неудовлетворительных результатов обучающийся имеет право в дополнительное время пересдать преподавателю работу до проведения промежуточной аттестации.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Более подробная информация о самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы по дисциплине (Теория и методика базовых видов спорта модулю)», «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (Теория и методика базовых видов спорта)»).

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7
2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic
3. Справочная система Консультант+
4. Okular или Acrobat Reader DC
5. Ark или 7-zip
6. SKY DNS
7. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№	Название	Описание электронного ресурса	Используемый для
----------	-----------------	--------------------------------------	-------------------------

	электронного ресурса		работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «*Лыжный спорт*» (Теория и методика базовых видов спорта модуля) в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура* используются:

Учебная аудитория для занятий лекционного типа оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), видеофильмами (Серия из 20 фильмов «Лыжный спорт, история и возникновение вида спорта, выдающиеся спортсмены», «Техника обучения лыжных ходов»).

Учебная аудитория для занятий семинарского типа: оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

Реализация учебной дисциплины в форме практических занятий требует наличия учебно-тренировочной базы, стадиона, раздевалок, душевых.

Оборудование учебно-тренировочной базы: *лыжи, ботинки, палки, подготовленные лыжные трассы.*

Оборудование стадиона: *лыжные дорожки, трассы с разметкой.*

Оборудование раздевалок: *скамейки, шкафчики для одежды.*

Спортивные объекты:

Наименование объекта	Адрес	Площадь объекта	Количество занимающихся
Плоскостное сооружение	Лосиноостровская, дом 24	300 м ²	80-100 (одновременно)
Спортивный зал	Лосиноостровская, дом 24	240 м ²	45-60
Лыжная база	Лосиноостровская, дом 30, стр. 1	10,6 м ²	40-70 (одновременно)

Тренажерный зал	Лосиноостровская, дом 30а	48,3 м ²	15-25
-----------------	------------------------------	---------------------	-------

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть Интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

5.6 Образовательные технологии

При реализации дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «*Лыжный спорт*» применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «*Лыжный спорт*» предусматривает использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий в форме разбора конкретных ситуаций в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития **профессиональных** навыков обучающихся.

При освоении дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «*Лыжный спорт*» предусмотрено применением электронного обучения.

Учебные часы дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «*Лыжный спорт*» предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «*Лыжный спорт*» предусмотрены встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых связана с *направленностью* реализуемой основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата/магистратуры/специалитета.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1	Утверждена и введена в действие решением Ученого Совета факультета физической культуры на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. №940 и приказом Министерства науки и высшего образования от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные образовательные стандарты высшего образования»	Протокол заседания Ученого совета факультета № 10 от «01» июня 2022 года	01.09.2022



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«03» июня 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Плавание (МОДУЛЯ)

Направление подготовки
«Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Плавание (модуля)» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата 49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

- 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;
- 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;
- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»;
- 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»;
- 05.012 Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»

Рабочая программа дисциплины (Плавание, модуль) разработана рабочей в составе: кандидат педагогических наук, доцент факультета физической культуры РГСУ Петрова М. А., кандидат педагогических наук, доцент Рысакова О. Г.

Руководитель основной профессиональной образовательной программы к.п.н., доцент

Петрова М. А.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Плавание, модуль) обсуждена и утверждена на Ученом совете факультета физической культуры. Протокол № 10 от «01» июня 2022 года
(наименование факультета)

Декан факультета физической культуры, доктор педагогических наук, доцент

Махов Александр Сергеевич

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Плавание, модуль) рекомендована к утверждению представителями организаций-работодателей

Автономная некоммерческая организация «Профессиональный клуб женской гимнастики «Олимпия», Президент, тренер-преподаватель по спорту

Л.Н. Ступаченко

(подпись)

Рабочая программа учебной дисциплины рецензирована и рекомендована к утверждению:

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и адаптивной физической культуры Шуйского филиала ИвГУ

Е. А. Осокина

(подпись)

Доктор педагогических наук, профессор Факультета физической культуры РГСУ

В. Ю. Карпов

(подпись)

Согласовано Научная библиотека, директор

И.Г. Маляев

(подпись)

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы <i>бакалавриата</i>	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	4
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	28
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	28
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	30
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	34
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	34
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	37
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	44
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	44
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	44
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	67
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	68
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	71
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	72
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	72
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля).....	72
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	73
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	74
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	75
5.6 Образовательные технологии	76
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	76

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта, модуля) заключается в получении обучающимися теоретических знаний в области теории и методики обучения плавания с последующим применением в профессиональной сфере и практических навыков, формирование принципов и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по плаванию; формирование содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств вида спорта, правила и организация соревнований способы оценки результатов обучения.

Задачи дисциплины (модуля):

В результате изучения курса выпускник должен решать следующие профессиональные задачи:

1. Подбирать методики проведения занятий по плаванию с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;
2. Определять средства и величину нагрузки на занятиях по плаванию, в зависимости от поставленных задач;
3. Использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей вида спорта;
4. Определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по плаванию;
5. Определять задачи учебно-тренировочного занятия по виду спорта;
6. Подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса;
7. Подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся;
8. Раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин по плаванию;
9. Планировать содержание учебно-тренировочных занятий и планы проведения соревнований с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы бакалавриата

Дисциплина (модуль) «Плавание (модуля)» реализуется в обязательной части основной образовательной программы по направлению подготовки «49.03.01 Физическая культура» очной, заочной формам обучения.

Изучение дисциплины (модуля) «Плавание (модуля)» базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися ранее в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): «Физическая культура и спорт (модуля)», «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (модуля)».

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной (модулем):

- Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной

программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: УК-7; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ПК-1; ПК-6, в соответствии с основной профессиональной образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7.	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК - 7.2. самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.	Знать: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-

				<p>измерительных приборов и инвентаря.</p> <p>Уметь: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p> <p>Владеть: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа</p>
--	--	--	--	--

				своего физического состояния, физической подготовленности.
Планирование	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. дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель,	Знать: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения, - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; – возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; – физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные

			<p>задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение, подбирать методику проведения на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся,</p>	<p>понятия возрастной психологии, - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - структуру построения занятий, формы и способы планирования; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту;- терминологию, классификацию, принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и способы оценки результатов обучения; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;- средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки.</p> <p>Уметь: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - применять биомеханические</p>
--	--	--	--	---

		<p>материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>	<p>технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение, подбирать методику проведения на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики,</p>
--	--	--	---

			<p>подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - раскрывать и интерпретировать методiku обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий. Владеть опытом: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста</p>
--	--	--	--

				<p>учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>
<p>Воспитание</p>	<p>ОПК – 5.</p>	<p>Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</p>	<p>ОПК-5.2. Умеет: - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для</p>	<p>Знать: - закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся; - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе; - характеристику коллектива и основы его формирования в спорте; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; - организацию воспитательного процесса в образовательных организациях; - технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.</p> <p>Уметь: - решать воспитательные задачи на</p>

		<p>формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга. 	<p>занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками;</p> <ul style="list-style-type: none"> - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга. <p>Владеть опытом:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных
--	--	--	---

				<p>общеобразовательных программ; - составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом; - организации участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях.</p>
<p>Обеспечение безопасности</p>	<p>ОПК – 7.</p>	<p>Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>ОПК-7.2. - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм; - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за</p>	<p>Знать: - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.) - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе</p>

			<p>медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на</p>	<p>учебной и спортивной деятельности; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию,</p>
--	--	--	---	---

		<p>нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p>	<p>подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС.</p> <p>Уметь: - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм; - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждений; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; -</p>
--	--	--	---

			<p>разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений;</p> <p>- поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p> <p>Владеть опытом: - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведения инструктажа по технике</p>
--	--	--	---

				<p>безопасности на занятиях физической культурой и спортом - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.</p>
Профилактика допинга	ОПК 8.	Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	<p>ОПК-8.2. - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; -</p>	<p>Знать: - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления</p>

			<p>планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.</p>	<p>просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий.</p> <p>Уметь: - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и</p>
--	--	--	--	--

				<p>методическому обеспечению антидопинговых программ; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.</p> <p>Владеть:- проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; - изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; - внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; - анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; - разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций;</p>
--	--	--	--	--

				- осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов.
Профессиональное взаимодействие	ОПК – 10.	Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта	ОПК-10.2. - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения; - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами; - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; - предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся	Знать: - основы менеджмента, управления персоналом; - основы эффективных коммуникаций; - методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетними обучающимися, коллегами по работе; - методы консультирования, проведения мастер-классов, круглых столов; - нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи; - методы оценки качества и результативности работы подчиненных; - типичные психологические трудности занимающихся физической культурой и спортом; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного

			<p>физкультурно-спортивной деятельностью; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; - вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся; - определять цели и задачи деятельности спортивного актива; - контролировать и направлять работу спортивного актива; - определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта; - оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p>	<p>процесса, а также занятий двигательной рекреацией; - основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе; - методики подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p> <p>Уметь: - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения; - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами; - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; - предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в</p>
--	--	--	---	--

				<p>профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; - вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся; - определять цели и задачи деятельности спортивного актива; - контролировать и направлять работу спортивного актива; - определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта; - оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p> <p>Владеть - определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; - составления плана физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - распределения задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды); - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; - применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися физической культурой и</p>
--	--	--	--	---

				спортом; - анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.
Разработка и реализация программ спортивной подготовки	ПК-1	Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки	ПК-1.2.: использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся, вести первичную учетно-отчетную документацию по реализации программ спортивной подготовки в электронном и бумажном виде, выявлять проблемы в организации спортивной работы, предложить мероприятия по совершенствованию подготовки, использовать методы календарного планирования, использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности.	Знать: Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта(правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями); методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние, санитарно-гигиенические требования к организациям дополнительного образования, дошкольным, общеобразовательным, профессиональным образовательным организациям, организациям высшего и дополнительного профессионального образования, осуществляющим образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной

				<p>подготовки, подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на тренировочном этапе, методика преподавания, основы биомеханики, физиологии и гигиены спорта, режимы тренировочной работы, предельные тренировочные нагрузки, объем индивидуальной спортивной подготовки, методики контроля и оценки физической подготовленности обучающихся, методы планирования тренировочного процесса, современные методы тренировочной работы, порядок составления и ведения учетно-отчетной документации, нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией, основы работы с персональным компьютером, с электронной почтой, текстовыми редакторами, электронными таблицами и браузерами, правила внутреннего трудового распорядка, этические нормы в области спорта, правила охраны труда и пожарной безопасности.</p> <p>Уметь: использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся, вести первичную учетно-отчетную документацию по реализации программ спортивной подготовки в электронном и бумажном виде, выявлять проблемы в организации спортивной работы, предложить мероприятия по совершенствованию подготовки, использовать методы календарного планирования, использовать</p>
--	--	--	--	--

				<p>информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности.</p> <p>Владеть: Календарно-тематическим планированием и составлением расписания занятий по реализации программ на этапах спортивной подготовки в соответствии с локальными актами, целями и задачами физкультурно-спортивной организации, Организацией прохождения обучающимися контрольных процедур с целью с целью выполнения ими контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, установленных образовательными программами, разработка комплексной программы подготовки спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям по соответствующему направлению в работе, разработкой комплексных и индивидуальных планов подготовки спортсменов (команды) согласно утвержденным планам проведения спортивных мероприятий, систематическим учетом, анализом, обобщением результатов работы, в том числе с использованием электронных форм, оценка эффективности подготовки обучающихся с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности, внедрением современных методик подготовки обучающихся по программам этапа спортивной подготовки,</p>
--	--	--	--	---

				внесением коррективы в дальнейшую подготовку обучающихся.
Педагогическая деятельность	ПК-6.	Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства, приемы организации деятельности обучающихся	ПК-6.2: Анализировать динамику физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, выявлять проблемы в цикле тренировки, Обосновывать рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося для сохранения функционального состояния и спортивной формы, Использовать средства спортивной физиологии для анализа и разработки отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, программ спортивной подготовки, планов спортивной подготовки, Проводить консультирование тренеров по прикладным вопросам физиологии спорта в практике тренировочного и соревновательного процесса, Прогнозировать воздействие отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные	Знать: - Анатомия человека, Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, Физиология человека с основами биохимии, Основы медицинских знаний, диетология, Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий, Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки, физкультурно-оздоровительные технологии, Педагогические средства управления величиной и направленностью тренировочной нагрузки, Порядок составления отчетной документации по консультированию тренеров, занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки, спортивный мониторинг. Уметь: Анализировать динамику физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, выявлять проблемы в цикле тренировки, Обосновывать рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося для сохранения функционального состояния и спортивной формы, Использовать средства спортивной физиологии для анализа и разработки отдельных

			<p>средства представления информации при проведении выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров.</p>	<p>комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, программ спортивной подготовки, планов спортивной подготовки, Проводить консультирование тренеров по прикладным вопросам физиологии спорта в практике тренировочного и соревновательного процесса, Прогнозировать воздействие отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации при проведении выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров.</p> <p>Владеть: Ознакомлением педагога-тренера (группы тренеров), занимающихся с результатами контрольных мероприятий по оценке физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, а также с собственными выводами и рекомендациями, сделанными по результатам контрольных мероприятий, консультированием педагогов-тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам совершенствования общей физической и специальной подготовки занимающегося, содержанию самостоятельных тренировок, по вопросам спортивного и оздоровительного питания (диеты), Выполнением по запросу занимающегося, педагога (группы тренеров)</p>
--	--	--	---	--

				физиологических обоснований отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, прогнозированием воздействия данных мероприятий на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Разработкой планов и программ спортивной подготовки занимающихся в части, касающейся организации общей физической подготовки, специальной подготовки, Проведением публичных выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров по основам спортивной физиологии, организации общей физической подготовки, специальной подготовки
--	--	--	--	--

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 8 зачетных единиц.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		3-4
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	144	144
Учебные занятия лекционного типа	20	20
<i>из них: в форме практической подготовки</i>		
Практические занятия	60	60
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	49	49
Лабораторные занятия		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>		
Иная контактная работа	64	64

<i>из них: в форме практической подготовки</i>		
Самостоятельная работа обучающихся	126	126
Контроль промежуточной аттестации	18	18
Форма промежуточной аттестации	диф.зачет, диф.зачет	диф.зачет, диф.зачет
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	288	288

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Плавание Курс 3	Плавание Курс 3
		Сессия 1-2	Сессия 3-4
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	64	32	32
Учебные занятия лекционного типа	12	8	4
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	<i>1</i>	<i>1</i>	
Практические занятия	20	8	12
<i>из них: в форме практической</i>	<i>20</i>	<i>8</i>	<i>12</i>

<i>подгот овки</i>			
Лабораторн ые занятия			
<i>из них: в форме практи ческой подгот овки</i>			
Иная контактная работа	32	16	16
<i>из них: в форме практи ческой подгот овки</i>			
Самостоятель ная работа обучающихся	216	108	108
Контроль промежуточн ой аттестации	8	4	4
Форма промежуточно й аттестации	-	диф.зачет	диф.зачет
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИ НЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	288	144	144

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Модуль 1. Плавание (семестр 3)											
Раздел 1. Общая характеристика плавания	34	16	18	4		6	6			8	
Раздел 2. Физическая качества, методика воспитания специальных физических качеств	34	16	18	4		6	6			8	
Раздел 3. Основы техники плавания	34	16	18	2		8	8			8	
Раздел 4. Основы техники спортивных способов плавания (кроль на спине, кроль на груди, брасс, баттерфляй (дельфин)), стартов и поворотов	34	16	18	2		8	8			8	
Раздел 5. Методика обучения плаванию	35	17	18	2		8	8			8	
Раздел 6. Методика обучения спортивным способам плавания (кроль на спине, кроль на груди, брасс, баттерфляй (дельфин), стартами поворотам	36	18	18	2		8	8			8	
Контроль промежуточной аттестации (час)	9										
Общий объем, часов	207	99	108	16		44	44			48	
Форма промежуточной аттестации	<i>диф. зачет</i>										
Модуль 2. Плавание (семестр 4)											
Раздел 7. Правила, организация и проведение	32	14	18	2		8	2			8	

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
		Самостоятельная работа	Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа
соревнований по плаванию										
Раздел 8. Виды и программа соревнований по плаванию для детей и подростков	31	13	18	2		8	3		8	
Контроль промежуточной аттестации (час)	9									
Общий объем, часов по модулю	63	27	36	4		16	5		16	
Форма промежуточной аттестации	<i>диф. зачет</i>									
Общий объем, часов по учебной дисциплине	288	126	144	20		60	49		64	

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
		Самостоятельная работа	Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа
Модуль 1. Плавание 3 курс (Сессии 1-2)										

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Раздел 1. Общая характеристика плавания	34	26	8	2		2	2			4	
Раздел 2. Физическая качества, методика воспитания специальных физических качеств	34	26	8	2		2	2			4	
Раздел 3. Основы техники плавания	36	28	8	2		2	2			4	
Раздел 4. Основы техники спортивных способов плавания (кроль на спине, кроль на груди, брасс, баттерфляй (дельфин)), стартов и поворотов	36	28	8	2		2	2			4	
Контроль промежуточной аттестации (час)	4										
Общий объем, часов	140	108	32	8		8	8			16	
Форма промежуточной аттестации	диф. зачет										
Модуль 2. Плавание 3 курс (Сессии 3-4)											
Раздел 5. Методика обучения плаванию	34	26	8			4	4			4	
Раздел 6. Методика обучения спортивным способам плавания (кроль на спине, кроль на груди, брасс, баттерфляй (дельфин), стартами поворотам	34	26	8	2	1	2	2			4	
Раздел 7. Правила, организация и проведение	36	28	8			4	4			4	

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа
соревнований по плаванию										
Раздел 8. Виды и программа соревнований по плаванию для детей и подростков	36	28	8	2		2	2			4
Контроль промежуточной аттестации (час)	4									
Общий объем, часов по модулю	140	108	32	4	1	12	12			16
Форма промежуточной аттестации	<i>диф. зачет</i>									
Общий объем, часов по учебной дисциплине	288	216	64	12	1	20	20			32

РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1-2. Плавание (3-4 семестр)							

Раздел 1. Общая характеристика плавания	16	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	доклад	2	Компьютерное тестирование
Раздел 2. Физическая качества, методика воспитания специальных физических качеств	16	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	доклад	2	Компьютерное тестирование
Раздел 3. Основы техники плавания	16	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	доклад	2	Компьютерное тестирование
Раздел 4. Основы техники спортивных способов плавания (кроль на спине, кроль на груди, брасс, баттерфляй (дельфин)), стартов и поворотов	16	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС -	6	Устный ответ	2	Компьютерное тестирование
Раздел 5. Методика обучения плаванию	16	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	Устный ответ	2	Компьютерное тестирование
Раздел 6. Методика обучения спортивным способам плавания (кроль на спине, кроль на груди, брасс, баттерфляй (дельфин), стартами поворотам	16	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	Устный ответ	2	Компьютерное тестирование

Раздел 7. Правила, организация и проведение соревнований по плаванию	16	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	Устный ответ	2	доклад
Раздел 8. Виды и программа соревнований по плаванию для детей и подростков	14	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	Устный ответ	2	доклад
Общий объем по модулю, часов,	126	64	-	46	-	16	-

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1-2. Плавание 3 курс (Сессия 1-2, Сессия 3-4)							
Раздел 1. Общая характеристика плавания	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	доклад	2	Компьютерное тестирование
Раздел 2. Физическая качества, методика воспитания специальных физических качеств	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	доклад	2	Компьютерное тестирование
Раздел 3. Основы техники плавания	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	доклад	2	Компьютерное тестирование
Раздел 4. Основы техники	26	14	Подготовка к лекционным и практическим	10	Устный ответ	2	Компьютерное тестирование

спортивных способов плавания (кроль на спине, кроль на груди, брасс, баттерфляй (дельфин)), стартов и поворотов			занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС -				
Раздел 5. Методика обучения плаванию	28	16	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Устный ответ	2	Компьютерное тестирование
Раздел 6. Методика обучения спортивным способам плавания (кроль на спине, кроль на груди, брасс, баттерфляй (дельфин), стартами поворотам	28	16	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Устный ответ	2	Компьютерное тестирование
Раздел 7. Правила, организация и проведение соревнований по плаванию	28	16	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Устный ответ	2	доклад
Раздел 8. Виды и программа соревнований по плаванию для детей и подростков	28	16	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Устный ответ	2	доклад
Общий объем по модулю, часов,	216	120	-	80	-	16	-

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)

МОДУЛЬ 1-2. ПЛАВАНИЕ.

РАЗДЕЛ 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПЛАВАНИЯ.

Тема 1.1. Общие основы обучения плаванию

Цель: рассмотреть общие основы обучения плаванию

Перечень изучаемых элементов содержания

Плавание в системе физического воспитания. Плавание как наиболее адекватный вид спорта для детей. Место плавания в системе физ. воспитания. Анализ крупнейших соревнований сезона. Оздоровительное, прикладное, спортивное значение плавания.

Вопросы для самоподготовки:

1. Значение плавания.
2. Место плавания в системе физического воспитания в ДДУ.
3. Техника спортивных способов плавания.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

Тема 1.2 Меры обеспечения безопасности на занятиях плаванием, требования к специалисту по плаванию

Цель: рассмотреть меры обеспечения безопасности при занятиях плаванием и требования к специалисту по плаванию

Перечень изучаемых элементов содержания

Меры безопасности на воде. Требования к специалисту по плаванию. Развитие плавания в нашей стране.

Вопросы для самоподготовки:

1. Требования к организации занятий по плаванию в ДДУ.
2. Методика проведения занятий по начальному обучению плаванию.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1

Форма практического задания: доклад

Примерный перечень тем докладов к Разделу 1:

1. Значение плавания.
2. Место плавания в системе физического воспитания в ДДУ.
3. Техника спортивных способов плавания.
4. Требования к организации занятий по плаванию в ДДУ.
5. Методика проведения занятий по начальному обучению плаванию.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 1: тестирование

РАЗДЕЛ 2. ФИЗИЧЕСКАЯ КАЧЕСТВА, МЕТОДИКА ВОСПИТАНИЯ СПЕЦИАЛЬНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ.

Тема 2.1. Физические качества пловца.

Цель: изучить физические качества пловца.

Перечень изучаемых элементов содержания

Развитие физических качеств. Понятие и виды выносливости, силовых способностей, быстроты, гибкости пловца;

Развитие функциональных возможностей организма. Развитие силовой выносливости пловца на суше. Развитие скоростных качеств. Исправление недостатков техники. Развитие тактических способностей. Развитие специальной выносливости стайера.

Вопросы для самоподготовки:

1. Виды физических качеств пловца.
2. Выносливость пловца.
3. Силовые способности пловца.
4. Быстрота пловца.
5. Гибкость пловца.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

Тема 2.2. Методика воспитания специальных физических качеств

Цель: изучить методику воспитания специальных физических качеств.

Перечень изучаемых элементов содержания

Развитие физических качеств. Развитие функциональных возможностей организма. Развитие силовой выносливости пловца на суше. Развитие скоростных качеств. Исправление недостатков техники. Развитие тактических способностей. Развитие специальной выносливости стайера.

Вопросы для самоподготовки:

1. Развитие быстроты на суше.
2. Развитие специальных силовых качеств в воде.
3. Развитие специальной выносливости спринтера.
4. Развитие специальной гибкости.
5. Задания комплексной направленности

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2

Форма практического задания: доклад

Примерный перечень тем докладов к Разделу 2:

1. Виды физических качеств пловца.
2. Выносливость пловца.
3. Силовые способности пловца.
4. Быстрота пловца.
5. Гибкость пловца.
6. Развитие быстроты на суше.
7. Развитие специальных силовых качеств в воде.
8. Развитие специальной выносливости спринтера.
9. Развитие специальной гибкости.
10. Задания комплексной направленности

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 2: тестирование

РАЗДЕЛ 3. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ПЛАВАНИЯ**Тема 3.1. Основные требования к рациональной технике плавания**

Цель: изучить основы техники плавания

Перечень изучаемых элементов содержания

Свойства воды и их влияние на плавание человека. Закономерности создания движущих сил в воде. Оси и плоскости, используемые при анализе техники плавания. Симметричное и

несимметричное движение тел в воде. Значение подъемной силы для создания движущих сил в воде.

Вопросы для самоподготовки:

1. Методики анализа плавучести тел.
2. Методика анализа техники плавания по фотоциелограммам.
3. Методика анализа техники плавания по средней скорости, темпу и “шагу” пловца.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 3

Форма практического задания: доклад

Примерный перечень тем докладов к Разделу 3:

1. Методики анализа плавучести тел.
2. Методика анализа техники плавания по фотоциелограммам.
3. Методика анализа техники плавания по средней скорости, темпу и “шагу” пловца.
4. Методика анализа рациональной техники в плавании.
5. Методика анализа техники нырянию в воду.
6. Методика анализа техники скольжения.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 3: тестирование

РАЗДЕЛ 4. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ СПОРТИВНЫХ СПОСОБОВ ПЛАВАНИЯ (КРОЛЬ НА СПИНЕ, КРОЛЬ НА ГРУДИ, БРАСС, БАТТЕРФЛЯЙ (ДЕЛЬФИН)), СТАРТОВ И ПОВОРОТОВ

Перечень изучаемых элементов содержания

Основы техники спортивных способов плавания. Кроль на груди. Кроль на спине. Брасс. Баттерфляй. Старты. Повороты.

Вопросы для самоподготовки:

1. Основы техники кроля на груди.
2. Основы техники кроля на спине
3. Основы техники брасса.
4. Основы техники баттерфляя.
5. Основы техники стартов.
6. Основы техники поворотов

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 4

Форма практического задания: устный ответ

Примерный перечень тем докладов к Разделу 4:

1. Основы техники движениям ног при плавании кроль на груди.
2. Основы техники движениям рук при плавании способом кроль на груди.
3. Основы техники согласования движений рук, ног, дыхания при плавании кроль на груди.
4. Основы техники движения ног при плавании способом кроль на спине.
5. Основы техники движения рук при плавании кролем на спине.
6. Основы техники общего согласования при плавании кролем на спине.
7. Основы техники движения ног в способе брасс.

8. Основы техники движения рук в способе брасс.
9. Основы техники общего согласования в способе брасс.
10. Основы техники прыжкам в воду.
11. Основы техники ныряния с тумбочки в воду.
12. Основы техники движения ног в способе баттерфляй.
13. Основы техники движения рук в способе баттерфляй.
14. Основы техники старта в воду.
15. Основы техники поворотов при разных стилях плавания.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 4: тестирование

РАЗДЕЛ 5. МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ

Тема 5.1. Средства и методы обучения плаванию

Цель: изучить особенности методики обучения плаванию

Перечень изучаемых элементов содержания

Организация занятий. Средства и методы обучения в плавании. Упражнения по освоению с водой.

Вопросы для самоподготовки:

1. Средства обучения плаванию.
2. Методы обучения плаванию
3. Организация занятий.
4. Упражнения по освоению с водой.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 5

Форма практического задания: устный ответ

Примерный перечень тем докладов к Разделу 5:

1. Средства, используемые при обучения плаванию на суше.
2. Средства, используемые при обучении плаванию в воде.
3. Словесные методы, применяемые при обучении плаванию
4. Организация занятий по плаванию с детьми дошкольного возраста
5. Организация занятий по плаванию с детьми школьного возраста
6. Организация занятий по плаванию со студентами
7. Организация занятий по плаванию с людьми старшего возраста
8. Организация занятий по плаванию с людьми пожилого возраста
9. Упражнения по освоению с водой.
10. Методы двигательных действий на занятиях по плаванию.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 5: тестирование

РАЗДЕЛ 6. Методика обучения спортивным способам плавания (кроль на спине, кроль на груди, брасс, баттерфляй (дельфин)), стартами поворотам

Цель: изучить особенности методики обучения плаванию

Перечень изучаемых элементов содержания

Организация занятий. Средства и методы обучения в плавании. Упражнения по освоению с водой. Методика обучения техники плавания способом кроль на груди. Методика обучения техники плавания способом кроль на спине. Методика обучения технике плавания способом брасс. Ознакомление с техникой плавания способом дельфин.

Вопросы для самоподготовки:

1. Методика обучения спортивным стилям плавания.
2. Способы обучения плаванию.
3. Организация обучения плавания с людьми разного возраста.
4. Упражнения по освоению с методикой обучения по задержки дыхания в воде.
5. Упражнения по освоению с методикой обучения ныряния.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 6

Форма практического задания: устный ответ

1. Методика обучения движениям ног при плавании кроль на груди.
2. Методика обучения движениям рук при плавании способом кроль на груди.
3. Методика обучения согласованию движений рук, ног, дыхания при плавании кроль на груди.
4. Методика обучения движениям ног при плавании способом кроль на спине.
5. Методика обучения движениям рук при плавании кролем на спине.
6. Методика обучения общему согласованию при плавании кролем на спине.
7. Методика обучения движениям ног в способе брасс.
8. Методика обучения движениям рук в способе брасс.
9. Методика обучения общему согласованию в способе брасс.
10. Методика обучения прыжкам в воду.
11. Методика обучения ныряния с тумбочки в воду.
12. Методика обучения движениям ног в способе баттерфляй.
13. Методика обучения движениям рук в способе баттерфляй.
14. Методика обучения старта в воду.
15. Методика обучения поворотов при разных стилях плавания.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 6: тестирование

РАЗДЕЛ 7. ПРАВИЛА, ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ПЛАВАНИЮ

Тема 7.1. Правила проведения соревнований по плаванию

Цель: изучить особенности проведения соревнований плаванию

Перечень изучаемых элементов содержания

Старт и финиш, прохождение дистанции и выполнение поворотов различными спортивными способами, передача эстафет, распределение дорожек, переплывание, определение результатов, регистрация рекордов.

Вопросы для самоподготовки:

1. Учет и контроль старта.
2. Учет и контроль финиша.
3. Особенности регистрации времени при прохождении дистанции пловца.
4. Особенности фиксации поворотов пловца при прохождении дистанции.
5. Повороты, используемые при плавании разными способами.

6. Передача эстафет, особенности регистрации судьями на бортиках.
7. Разновидности судей в плавании.
8. Распределение спортсменов по дорожкам.
9. Установление рекордов. Действия судей и участников после установления рекорда.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 7:

Форма практического задания: устный ответ.

Перечень тем устного ответа:

1. Какой результат необходимо показать участнику соревнований для утверждения этого результата как разрядного норматива?
2. Какие документы необходимо подготовить для допуска участника к соревнованию?
3. Какую информацию должна содержать карточка участника соревнований?
4. Перечислите основные обязанности представителя команды.
5. Каким временем ограничены сроки отказа участника стартовать в финальных заплывах без наложения на него или на федерацию штрафных санкций?
6. Как, куда и в какие сроки разрешается подавать протесты на необъективное судейство?
7. Перечислите основные обязанности участника соревнований.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 7: доклад.

1. Какие основные требования необходимо учесть при организации соревнований?
2. Какие мероприятия должны быть проведены в подготовительный период соревнований?
3. Какие комиссии необходимо создать для качественной подготовки соревнований? Каковы их основные функции?
4. Какие обязанности выполняет комендант соревнований?
5. Что включает в себя план подготовки соревнований?
6. Какую атрибутику должен иметь бассейн для проведения торжественного церемониала?
7. Перечислите основные требования к форме участников соревнований.
8. Какие мероприятия включает в себя ритуал открытия соревнований?
9. Перечислите основные требования к порядку построения участников на парад.
10. Какую атрибутику необходимо подготовить для награждения победителей и призеров соревнований?

РАЗДЕЛ 8. Виды и программа соревнований по плаванию для детей и подростков

Цель: изучить виды и программы соревнований в плавании для детей и подростков

Перечень изучаемых элементов содержания

Календарь соревнований, обязанности и права участников, функции представителя и капитана команды.

Вопросы для самоподготовки:

1. Календарный план соревнований на учебный год. Методика составления. Учет официальных соревнований в образовательных организациях.
2. Полномочия участников и их обязанности.
3. Заявочный лист, представитель команд его обязанности и права.
4. Психологический настрой команды капитаном соревнований по плаванию относительно важности соревнования.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 8:

Форма практического задания: устный ответ.

Перечень тем устного ответа:

1. Каковы основные признаки, положенные в классификацию соревнований по плаванию?
2. Какие виды плавания и дистанции входят в Олимпийскую программу по плаванию? 3. Перечислите основные разделы, которые необходимо учесть при составлении положения о соревнованиях.
4. Что включает в себя план подготовки соревнований?
5. Какую атрибутику должен иметь бассейн для проведения торжественного церемониала?

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 8: доклад.

1. Что включает в себя церемония награждения?
2. В какой форме проводится церемониал закрытия соревнований?
3. Перечислите основные обязанности медицинской службы.
4. Перечислите основные пункты, которые включает регламент соревнований.
5. В чем заключается значение рекламы соревнований?
6. Перечислите необходимый минимум оборудования бассейна для проведения международных соревнований.
7. Перечислите основные мероприятия, которые необходимо провести для обеспечения безопасности при проведении соревнований.
8. Опишите общий ход судейства соревнований.

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является **дифференцированный зачет** который проводится в **устной/письменной** форме.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
УК-7.	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК - 7.1.Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа	Этап формирования знаний

		<p>жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря.</p>	
		<p>УК - 7.2. Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p>	<p>Этап формирования умений</p>
		<p>УК - 7.3. Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.</p>	
ОПК-1	<p>Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>ОПК-1.1. Знает: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения. - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - химический состав организма человека; - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте;</p>	<p>Этап формирования знаний</p>

		<p>- физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту;</p> <p>- терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее</p>	
--	--	--	--

		<p>может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;</p> <p>- терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p>	
		<p>ОПК -1.2. Умеет: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей,</p>	
--	--	---	--

		<p>интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>	
		<p>ОПК - 1.3. Имеет опыт: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся,</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>виды их двигательной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации. 	
ОПК – 5.	<p>Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</p>	<p>ОПК - 5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся; - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической 	<p>Этап формирования знаний</p>

		<p>культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе; - характеристику коллектива и основы его формирования в спорте; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; - организацию воспитательного процесса в образовательных организациях; - технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.</p>	
		<p>ОПК-5.2. Умеет: - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга.</p>	<p>Этап формирования умений</p>
		<p>ОПК-5.3 Владеет опытом: - подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ; - составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом; - организации участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях.</p>	
ОПК – 7.	<p>Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>ОПК-7.1 Знает: - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержания; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.) - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения физкультурно-</p>	<p>Этап формирования знаний</p>

		<p>оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке. - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным</p>	
--	--	---	--

		<p>играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС.</p>	
		<p>ОПК-7.2. Умеет: - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; -проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p>	
		<p>ОПК-7.3. Имеет опыт измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; - использования специальной аппаратуры и инвентаря; -</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся. 	
ОПК 8.	Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	ОПК-8.1. Знает: - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и	Этап формирования знаний

		<p>стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий;</p> <p>- методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий;</p> <p>- международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий.</p>	
		<p>ОПК-8.2. Умеет: - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению;</p> <p>- выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте;</p> <p>- выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.	
		ОПК-8.3 Имеет опыт - выбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия; - проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; - изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; - внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; - выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ; - анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; - разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций; - осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов.	Этап формирования навыков и получения опыта
ОПК – 10.	Способен организовать совместную	ОПК-10.1. Знает: - основы менеджмента, управления персоналом; - основы	Этап формирования знаний

	<p>деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта</p>	<p>эффективных коммуникаций; - методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетними обучающимися, коллегами по работе; - методы консультирования, проведения мастер-классов, круглых столов; - нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи; - методы оценки качества и результативности работы подчиненных; - типичные психологические трудности занимающихся физической культурой и спортом; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией; - основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе; - методики подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p>	
		<p>ОПК-10.2. Умеет: - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения; - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами; - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; -</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; - вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся; - определять цели и задачи деятельности спортивного актива; - контролировать и направлять работу спортивного актива; - определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта; - оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p>	
		<p>ОПК-10.3. Имеет опыт определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; - составления плана физкультурно-спортивного</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - распределения задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды); - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; - применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися физической культурой и спортом; - анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.</p>	
ПК-1.	<p>Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки</p>	<p>ПК-1.1. Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями); методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние, санитарно-гигиенические требования к организациям дополнительного образования, дошкольным, общеобразовательным,</p>	<p>Этап формирования знаний</p>

		<p>профессиональным образовательным организациям, организациям высшего и дополнительного профессионального образования, осуществляющим образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки, подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на тренировочном этапе, методика преподавания, основы биомеханики, физиологии и гигиены спорта, режимы тренировочной работы, предельные тренировочные нагрузки, объем индивидуальной спортивной подготовки, методики контроля и оценки физической подготовленности обучающихся, методы планирования тренировочного процесса, современные методы тренировочной работы, порядок составления и ведения учетно-отчетной документации, нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией, основы работы с персональным компьютером, с электронной почтой, текстовыми редакторами, электронными таблицами и браузерами, правила внутреннего трудового распорядка, этические нормы в области спорта, правила охраны труда и пожарной безопасности.</p>	
		<p>ПК-1.2. Умения: использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся, вести первичную учетно-отчетную</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>документацию по реализации программ спортивной подготовки в электронном и бумажном виде, выявлять проблемы в организации спортивной работы, предложить мероприятия по совершенствованию подготовки, использовать методы календарного планирования, использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности.</p>	
		<p>ПК - 1.3. Владеть опытом: Календарно-тематическим планированием и составлением расписания занятий по реализации программ на этапах спортивной подготовки в соответствии с локальными актами, целями и задачами физкультурно-спортивной организации, Организацией прохождения обучающимися контрольных процедур с целью с целью выполнения ими контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, установленных образовательными программами, разработка комплексной программы подготовки спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям по соответствующему направлению в работе, разработкой комплексных и индивидуальных планов подготовки спортсменов (команды) согласно утвержденным планам проведения спортивных мероприятий, систематическим учетом, анализом, обобщением результатов работы, в том числе с использованием электронных форм, оценка эффективности подготовки обучающихся с использованием современных информационных и</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности, внедрением современных методик подготовки обучающихся по программам этапа спортивной подготовки, внесением коррективы в дальнейшую подготовку обучающихся.	
ПК-6.	Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства, приемы организации деятельности обучающихся	<p>ПК-6 Знать: - Анатомия человека, Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, Физиология человека с основами биохимии, Основы медицинских знаний, диетология, Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий, Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки, физкультурно-оздоровительные технологии, Педагогические средства управления величиной и направленностью тренировочной нагрузки, Порядок составления отчетной документации по консультированию тренеров, занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки, спортивный мониторинг.</p>	Этап формирования знаний
		<p>ПК – 6.2. Уметь: Анализировать динамику физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, выявлять проблемы в цикле тренировки, Обосновывать рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося для сохранения функционального состояния и спортивной формы, Использовать средства спортивной физиологии для анализа и разработки отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, программ спортивной подготовки, планов спортивной подготовки, Проводить</p>	Этап формирования умений

		<p>консультирование тренеров по прикладным вопросам физиологии спорта в практике тренировочного и соревновательного процесса, Прогнозировать воздействие отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации при проведении выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров.</p>	
		<p>ПК- 6.3. Владеть: Ознакомлением педагога-тренера (группы тренеров), занимающихся с результатами контрольных мероприятий по оценке физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, а также с собственными выводами и рекомендациями, сделанными по результатам контрольных мероприятий, консультированием педагогов-тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам совершенствования общей физической и специальной подготовки занимающегося, содержанию самостоятельных тренировок, по вопросам спортивного и оздоровительного питания (диеты), Выполнением по запросу занимающегося, педагога (группы тренеров) физиологических обоснований отдельных комплексов упражнений, спортивных</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>подвижных игр, прогнозированием воздействия данных мероприятий на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Разработкой планов и программ спортивной подготовки занимающихся в части, касающейся организации общей физической подготовки, специальной подготовки, Проведением публичных выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров по основам спортивной физиологии, организации общей физической подготовки, специальной подготовки</p>	
--	--	---	--

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
<p>УК-7; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ПК-1; ПК-6</p>	<p>Этап формирования знаний.</p>	<p>Теоретический блок вопросов.</p> <p>Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал</p>	<p>1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок: (9-10] баллов;</p> <p>2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения: [8-9) баллов;</p> <p>3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в</p>

			изложении программного материала: (6-8) баллов; 4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки: [0-6] баллов.
УК-7; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ПК-1; ПК-6	Этап формирования умений	Аналитическое задание (<i>доклад, устный ответ, компьютерное тестирование</i>) Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений	1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10] баллов; 2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов;
УК-7; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ПК-1; ПК-6	Этап формирования навыков и получения опыта.	Аналитическое задание (<i>доклад, устный ответ, компьютерное тестирование</i>) Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.	3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов; 4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6] баллов.

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Теоретический блок вопросов:

МОДУЛЬ 1-2. ПЛАВАНИЕ.

Теоретический блок вопросов к дифференцированному зачету:

1. Значение плавания. Место плавания в системе физического воспитания в ДДУ.
2. Техника спортивных способов плавания.
3. Требования к организации занятий по плаванию в ДДУ.
4. Методика проведения занятий по начальному обучению плаванию.
5. Место игр при начальном обучении плаванию.
6. Оказание первой помощи при утоплении.
7. Профилактика и предупреждение несчастных случаев на воде.
8. Возрастные особенности детей дошкольного возраста и их учет при обучении плаванию.
9. Необходимость учета половых и индивидуальных особенностей детей дошкольного возраста при обучении плаванию.
10. Возрастные изменения функций организма и их учет в плавании.
11. Методика и организация проведения эстафет при начальном обучении дошкольников плаванию.
12. Словесные методы обучения в плавании.
13. Наглядные методы обучения в плавании.
14. Практические методы обучения в плавании.
15. Организация работы по обучению плавания дошкольников в летних оздоровительных лагерях.

Аналитическое задание:

Перечень контрольных нормативов (тестов) для оценки текущей успеваемости по плаванию

Таблица

№ п/п	Контрольные нормативы (тесты)	Баллы
1	Демонстрация техники плавания брасс на спине на дистанции 25 метров	15
2	Демонстрация техники плавания брасс на боку на дистанции 50 метров	15
3	Ныряние в длину со старта: мужчины - 20 м, женщины - 15 м;	15
4	Транспортировка тонущего на дистанции 50 м	15
5	Доставание предмета с глубины 3 м;	15
6	Демонстрация оживления при утоплении человека;	15

Теоретический блок вопросов к дифференцированному зачету:

1. Методика проведения статических упражнений по освоению с водой.
2. Методика проведения динамических упражнений по освоению с водой.
3. Характеристика упражнений по обучению созданию опоры о воду.
4. Характеристика средств в обучении плаванию дошкольников.

5. Характеристика методов обучения плаванию дошкольников.
6. Методика обучения движениям ног при плавании кроль на груди.
7. Методика обучения движениям рук при плавании способом кроль на груди.
8. Методика обучения согласованию движений рук, ног, дыхания при плавании кроль на груди.
9. Методика обучения движениям ног при плавании способом кроль на спине.
10. Методика обучения движениям рук при плавании кролем на спине.
11. Методика обучения общему согласованию при плавании кролем на спине.
12. Методика обучения движениям ног в способе брасс.
13. Методика обучения движениям рук в способе брасс.
14. Методика обучения общему согласованию в способе брасс.
15. Методика обучения простейшим прыжкам в воду.
16. Методика обучения спадам в воду.
17. Характеристика упражнений по освоению с водой.
18. 10. Организация и методика проведения подвижных игр в воде.
19. Методика проведения развлечений на воде.
20. Методика и организация водно-спортивных праздников в ДДУ.
21. Организация соревнований по плаванию среди дошкольников.
22. Организация соревнований по плаванию среди школьников.
23. Организация соревнований по плаванию среди студентов.
24. Организация соревнований по плаванию с населением разных возрастных групп.
25. Учет и контроль прохождения дистанции спортсменами судьями на соревнованиях.
26. Судейство и необходимый перечень документов для участия участника или команды в соревнованиях.

Аналитическое задание: Составить заявку на участника или команды на соревнование по плаванию.

Составить положение о проведении открытого турнира по, посвященного празднику «.....».

1. Цели и задачи

1.1. Соревнования проводятся с целью:

- популяризации настольного тенниса и пропаганды здорового образа жизни;
- привлечения населения к активным занятиям физкультурой в местах массового отдыха;
- повышения уровня спортивного мастерства;
- укрепления дружественных связей между спортсменами.

1.2. Руководство соревнованиями

2.1. Общее руководство соревнованиями осуществляет Управление по культуре, спорту и делам молодежи администрации города Москвы. Непосредственное проведение возлагается на «.....» и главного судью –, судьей первой категории.

2.2. При проведении соревнований обязательно присутствие медицинского работника. Обеспечение присутствия медицинского работника и контроль над медицинским обслуживанием игр возлагается на главного судью.

1.3. Время и место проведения

3.1. Соревнования проводятся..... июня 20..... года.

3.2. Место проведения игр –

3.3. Проведение регистрации участников, жеребьевка – июня с до В церемония открытия. Торжественное слово представителя Управления по культуре, спорта и делам молодежи администрации г. Москвы. Показательное выступление по художественной гимнастике. Торжественная церемония открытия соревнований главного организатора соревнований. Начало соревнования в

1.4. Участники соревнований

В соревнованиях принимают участие юношей и девушек 19..... г. р. и молодежь, в спортивной форме и не имеющие медицинских противопоказаний. Участники должны иметь при

себе

1. 5. Порядок проведения соревнований

Порядок проведения соревнований определяется судейской коллегией на месте в зависимости от количества зарегистрированных участников.

К примеру: Победители и призеры в личном первенстве определяются в каждом виде программы в соответствии с правилами Всемирной Федерацией

1.6. Условия подачи протестов и порядок их рассмотрения.

Пример: Решения по тем или иным спорным вопросам между играющими командами принимаются судьями чемпионата.

1.7. Условия приёма команд.

Указывается финансирующая организация, дата приезда, условия размещения и питания.

1.8. Особые условия (например, наличие высокорослых игроков в команде, сдача контрольных нормативов для допуска к соревнованиям и т. д.)

9. Награждение

По итогам соревнований проводится награждение. Победители и призеры в каждой категории (1, 2, 3 места), награждаются медалями. Все участники награждаются памятным сувенирами.

К примеру, Награждение производится в каждой возрастной группе. Спортсмены команд, занявшие 1, 2 и 3 места, награждаются медалями. Команды, занявшие 1, 2 и 3 места, награждаются кубками и дипломами соответствующих степеней. Все участники соревнований награждаются памятным сувенирами.

1.10. Обеспечение медицинского обслуживания и безопасности участников и зрителей в процессе проведения соревнований.

1. 11. Финансовые расходы

Расходы по проведению соревнований несет Управление по культуре, спорту и делам молодежи администрации города Москвы согласно утвержденной смете расходов или расходы по командированию (проезд, размещение, питание) участников соревнований обеспечиваются за счёт командировающих организаций или участников соревнований.

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата/магистратуры/специалитета в Российском государственном социальном университете и Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для зачета с оценкой.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

1. Димова, А. Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: учебник для вузов / А. Л. Димова. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 428 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14068-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496660>
2. Физическая культура и спорт: учебное пособие: [16+] / Т. В. Колтошова, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова [и др.] ; Омский государственный технический университет. – Омск: Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2020. – 169 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=682103> . – ISBN 978-5-8149-3001-9. – Текст: электронный.

5.1.2. Дополнительная литература

1. Григорьев, О. А. Организация физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере: учебное пособие для вузов / О. А. Григорьев, Е. А. Стеблецов. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 261 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12478-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496193>
2. Плавание: учебник для вузов / В. З. Афанасьев [и др.] ; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 344 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07939-5. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494146>
3. Теория и методика избранного вида спорта: учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492815>

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более	http://elibrary.ru/

		34 млн научных публикаций и патентов	
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Плавание» предполагает изучение материалов дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта, модуля) на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров и практических занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программой дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач;
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной учебной программой тематики.

Обработка, обобщение полученных результатов практического занятия проводится обучающимися самостоятельно или под руководством преподавателя (в зависимости от степени сложности поставленных задач). В результате оформляется индивидуальный отчет. Подготовленная к сдаче на контроль и оценку работа сдается преподавателю. Форма отчетности может быть письменная, устная или две одновременно. Главным результатом в данном случае служит получение положительной оценки по каждому практическому занятию. Это является необходимым условием при проведении рубежного контроля и допуска к экзамену. При получении неудовлетворительных результатов обучающийся имеет право в дополнительное время передать преподавателю работу до проведения промежуточной аттестации.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Более подробная информация о самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы по дисциплине (Теория и методика базовых видов спорта модулю)», «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (Теория и методика базовых видов спорта)»).

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7
2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic
3. Справочная система Консультант+
4. Okular или Acrobat Reader DC
5. Ark или 7-zip
6. SKY DNS
7. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений,	http://biblioclub.ru/

		публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	
2.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Плавание» в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура* используются:

Учебная аудитория для занятий лекционного типа оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), видеофильмами (Серия из 20 фильмов «Плавание-стили плавания», «Техника безопасности на воде», «Методика тренировки в плавании»).

Учебная аудитория для занятий семинарского типа: оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

Реализация учебной дисциплины в форме практических занятий требует наличия плавательной чаши, спортивных залов, зала силовой подготовки, раздевалок, душевых.

Оборудование плавательной чаши: *колобашки, плавательные доски, лопатки, конусы, мячи, ограничительные линии.*

спортивных залов: *мячи, гимнастические маты и коврики, скамейки.*

Оборудование залов силовой подготовки: *тренажеры на свободных весах, блочные тренажеры, кардиотренажеры, грифы, диски, гантели, штанги, гимнастические палки, скакалки, скамейки.*

Оборудование раздевалок: *скамейки, шкафчики для одежды.*

Спортивные объекты:

Наименование объекта	Адрес	Площадь объекта	Количество занимающихся
Спортивный зал	Лосиноостровская, дом 40	171,4 м ²	35-40
Тренажерный зал	Лосиноостровская, дом 30а	48,3 м ²	15-25
Плавательный бассейн	В.Пика дом 4 стр. 1	100 м ²	40 (одновременно)

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть Интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

5.6 Образовательные технологии

При реализации дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Плавание» применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Плавание» предусматривает использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий в форме разбора конкретных ситуаций в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития **профессиональных** навыков обучающихся.

При освоении дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Плавание» предусмотрено применением электронного обучения.

Учебные часы дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Плавание» предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Плавание» предусмотрены встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых связана с *направленностью* реализуемой основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата/магистратуры/специалитета.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1	Утверждена и введена в действие решением Ученого Совета факультета физической культуры на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. №940 и приказом Министерства науки и высшего образования от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные образовательные стандарты высшего образования»	Протокол заседания Ученого совета факультета № 10 от «01» июня 2022 года	01.09.2022



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«03» июня 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Подвижные игры (МОДУЛЯ)

Направление подготовки
«Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Подвижные игры (модуля)» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата 49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

- 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;
- 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;
- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»;
- 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»;
- 05.012 Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»

Рабочая программа дисциплины (Подвижные игры, модуль) разработана рабочей в составе: кандидат педагогических наук, доцент факультета физической культуры РГСУ Петрова М. А.

Руководитель основной
профессиональной
образовательной программы к.п.н.,
доцент

Петрова М. А.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Подвижные игры, модуль) обсуждена и утверждена на Ученом совете факультета физической культуры. Протокол № 10 от «01» июня 2022 года

(наименование факультета)

Декан факультета физической
культуры, доктор педагогических наук,
доцент

Махов Александр Сергеевич

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Подвижные игры, модуль) рекомендована к утверждению представителями организаций-работодателей

Автономная некоммерческая организация
«Профессиональный клуб женской гимнастики
«Олимпия»,
Президент, тренер-преподаватель по спорту

Л.Н. Ступаченко

(подпись)

Рабочая программа учебной дисциплины рецензирована и рекомендована к утверждению:

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры
безопасности жизнедеятельности и адаптивной
физической культуры Шуйского филиала ИвГУ

Е. А. Осокина

(подпись)

Доктор педагогических наук, профессор
Факультета физической культуры РГСУ

В. Ю. Карпов

(подпись)

Согласовано
Научная библиотека, директор

И.Г. Маляр

(подпись)

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы <i>бакалавриата</i>	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	4
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	28
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	28
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	30
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	34
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	34
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	37
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	47
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	47
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	47
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	70
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	71
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	73
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	73
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	73
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля).....	74
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	74
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	75
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	76
5.6 Образовательные технологии	77
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	78

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель дисциплины (Подвижные игры, модуля) заключается в получении обучающимися теоретических знаний в области теории и методики обучения подвижных игр с последующим применением в профессиональной сфере и практических навыков, формирование принципов и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по подвижным играм; формирование содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств базовых видов спорта, правила и организация соревнований способы оценки результатов обучения.

Задачи дисциплины (модуля):

В результате изучения курса выпускник должен решать следующие профессиональные задачи:

1. Подбирать методики проведения занятий по подвижным играм с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;
2. Определять средства и величину нагрузки на занятиях по подвижным играм, в зависимости от поставленных задач;
3. Использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей базовых видов спорта;
4. Определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по базовым видам спорта;
5. Определять задачи учебно-тренировочного занятия по подвижным играм;
6. Подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса;
7. Подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся;
8. Раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин по подвижным играм;
9. Планировать содержание учебно-тренировочных занятий и планы проведения соревнований с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы бакалавриата

Дисциплина (модуль) «*Подвижные игры (модуля)*» реализуется в *обязательной* части основной образовательной программы по направлению подготовки «49.03.01 *Физическая культура*» очной, заочной формам обучения.

Изучение дисциплины (модуля) «*Подвижные игры (модуля)*» базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися ранее в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): «*Физическая культура и спорт (модуля)*», «*Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (модуля)*».

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной (модулем):

- *Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта*

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной

программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: УК-7; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ПК-1; ПК-6, в соответствии с основной профессиональной образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура*.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7.	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК - 7.2. самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.	Знать: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-

				<p>измерительных приборов и инвентаря.</p> <p>Уметь: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p> <p>Владеть: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа</p>
--	--	--	--	--

				своего физического состояния, физической подготовленности.
Планирование	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. дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель,	Знать: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения, - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; – возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; – физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные

			<p>задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение, подбирать методику проведения на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся,</p>	<p>понятия возрастной психологии, - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - структуру построения занятий, формы и способы планирования; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту;- терминологию, классификацию, принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и способы оценки результатов обучения; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;- средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки.</p> <p>Уметь: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - применять биомеханические</p>
--	--	--	--	---

		<p>материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>	<p>технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение, подбирать методику проведения на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики,</p>
--	--	--	---

			<p>подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - раскрывать и интерпретировать методiku обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий. Владеть опытом: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетки, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста</p>
--	--	--	---

				<p>учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>
Воспитание	ОПК – 5.	<p>Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</p>	<p>ОПК-5.2. Умеет: - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для</p>	<p>Знать: - закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся; - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе; - характеристику коллектива и основы его формирования в спорте; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; - организацию воспитательного процесса в образовательных организациях; - технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.</p> <p>Уметь: - решать воспитательные задачи на</p>

		<p>формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга. 	<p>занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками;</p> <ul style="list-style-type: none"> - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга. <p>Владеть опытом:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных
--	--	--	---

				<p>общеобразовательных программ; - составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом; - организации участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях.</p>
<p>Обеспечение безопасности</p>	<p>ОПК – 7.</p>	<p>Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>ОПК-7.2. - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм; - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за</p>	<p>Знать: - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.) - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе</p>

			<p>медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на</p>	<p>учебной и спортивной деятельности; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию,</p>
--	--	--	---	---

		<p>нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p>	<p>подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС.</p> <p>Уметь: - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм; - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждений; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; -</p>
--	--	--	---

			<p>разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений;</p> <p>- поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p> <p>Владеть опытом: - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведения инструктажа по технике</p>
--	--	--	---

				<p>безопасности на занятиях физической культурой и спортом - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.</p>
Профилактика допинга	ОПК 8.	Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	<p>ОПК-8.2. - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; -</p>	<p>Знать: - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления</p>

			<p>планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.</p>	<p>просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий.</p> <p>Уметь: - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и</p>
--	--	--	--	--

				<p>методическому обеспечению антидопинговых программ; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.</p> <p>Владеть:- проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; - изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; - внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; - анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; - разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций;</p>
--	--	--	--	--

				- осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов.
Профессиональное взаимодействие	ОПК – 10.	Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта	ОПК-10.2. - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения; - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами; - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; - предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся	Знать: - основы менеджмента, управления персоналом; - основы эффективных коммуникаций; - методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетними обучающимися, коллегами по работе; - методы консультирования, проведения мастер-классов, круглых столов; - нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи; - методы оценки качества и результативности работы подчиненных; - типичные психологические трудности занимающихся физической культурой и спортом; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного

			<p>физкультурно-спортивной деятельностью; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; - вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся; - определять цели и задачи деятельности спортивного актива; - контролировать и направлять работу спортивного актива; - определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта; - оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p>	<p>процесса, а также занятий двигательной рекреацией; - основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе; - методики подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p> <p>Уметь: - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения; - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами; - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; - предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в</p>
--	--	--	---	--

				<p>профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; - вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся; - определять цели и задачи деятельности спортивного актива; - контролировать и направлять работу спортивного актива; - определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта; - оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p> <p>Владеть - определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; - составления плана физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - распределения задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды); - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; - применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися физической культурой и</p>
--	--	--	--	---

				спортом; - анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.
Разработка и реализация программ спортивной подготовки	ПК-1	Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки	ПК-1.2.: использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся, вести первичную учетно-отчетную документацию по реализации программ спортивной подготовки в электронном и бумажном виде, выявлять проблемы в организации спортивной работы, предложить мероприятия по совершенствованию подготовки, использовать методы календарного планирования, использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности.	Знать: Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта(правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями); методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние, санитарно-гигиенические требования к организациям дополнительного образования, дошкольным, общеобразовательным, профессиональным образовательным организациям, организациям высшего и дополнительного профессионального образования, осуществляющим образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной

				<p>подготовки, подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на тренировочном этапе, методика преподавания, основы биомеханики, физиологии и гигиены спорта, режимы тренировочной работы, предельные тренировочные нагрузки, объем индивидуальной спортивной подготовки, методики контроля и оценки физической подготовленности обучающихся, методы планирования тренировочного процесса, современные методы тренировочной работы, порядок составления и ведения учетно-отчетной документации, нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией, основы работы с персональным компьютером, с электронной почтой, текстовыми редакторами, электронными таблицами и браузерами, правила внутреннего трудового распорядка, этические нормы в области спорта, правила охраны труда и пожарной безопасности.</p> <p>Уметь: использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся, вести первичную учетно-отчетную документацию по реализации программ спортивной подготовки в электронном и бумажном виде, выявлять проблемы в организации спортивной работы, предложить мероприятия по совершенствованию подготовки, использовать методы календарного планирования, использовать</p>
--	--	--	--	--

				<p>информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности.</p> <p>Владеть: Календарно-тематическим планированием и составлением расписания занятий по реализации программ на этапах спортивной подготовки в соответствии с локальными актами, целями и задачами физкультурно-спортивной организации, Организацией прохождения обучающимися контрольных процедур с целью с целью выполнения ими контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, установленных образовательными программами, разработка комплексной программы подготовки спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям по соответствующему направлению в работе, разработкой комплексных и индивидуальных планов подготовки спортсменов (команды) согласно утвержденным планам проведения спортивных мероприятий, систематическим учетом, анализом, обобщением результатов работы, в том числе с использованием электронных форм, оценка эффективности подготовки обучающихся с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности, внедрением современных методик подготовки обучающихся по программам этапа спортивной подготовки,</p>
--	--	--	--	---

				внесением коррективы в дальнейшую подготовку обучающихся.
Педагогическая деятельность	ПК-6.	Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства, приемы организации деятельности обучающихся	<p>ПК-6.2: Анализировать динамику физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, выявлять проблемы в цикле тренировки, Обосновывать рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося для сохранения функционального состояния и спортивной формы, Использовать средства спортивной физиологии для анализа и разработки отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, программ спортивной подготовки, планов спортивной подготовки, Проводить консультирование тренеров по прикладным вопросам физиологии спорта в практике тренировочного и соревновательного процесса, Прогнозировать воздействие отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные</p>	<p>Знать: - Анатомия человека, Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, Физиология человека с основами биохимии, Основы медицинских знаний, диетология, Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий, Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки, физкультурно-оздоровительные технологии, Педагогические средства управления величиной и направленностью тренировочной нагрузки, Порядок составления отчетной документации по консультированию тренеров, занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки, спортивный мониторинг.</p> <p>Уметь: Анализировать динамику физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, выявлять проблемы в цикле тренировки, Обосновывать рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося для сохранения функционального состояния и спортивной формы, Использовать средства спортивной физиологии для анализа и разработки отдельных</p>

			<p>средства представления информации при проведении выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров.</p>	<p>комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, программ спортивной подготовки, планов спортивной подготовки, Проводить консультирование тренеров по прикладным вопросам физиологии спорта в практике тренировочного и соревновательного процесса, Прогнозировать воздействие отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации при проведении выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров.</p> <p>Владеть: Ознакомлением педагога-тренера (группы тренеров), занимающихся с результатами контрольных мероприятий по оценке физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, а также с собственными выводами и рекомендациями, сделанными по результатам контрольных мероприятий, консультированием педагогов-тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам совершенствования общей физической и специальной подготовки занимающегося, содержанию самостоятельных тренировок, по вопросам спортивного и оздоровительного питания (диеты), Выполнением по запросу занимающегося, педагога (группы тренеров)</p>
--	--	--	---	--

				физиологических обоснований отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, прогнозированием воздействия данных мероприятий на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Разработкой планов и программ спортивной подготовки занимающихся в части, касающейся организации общей физической подготовки, специальной подготовки, Проведением публичных выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров по основам спортивной физиологии, организации общей физической подготовки, специальной подготовки
--	--	--	--	--

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 7 зачетных единиц.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		4-5
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	126	126
Учебные занятия лекционного типа	16	16
<i>из них: в форме практической подготовки</i>		
Практические занятия	54	54
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	43	43
Лабораторные занятия		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>		
Иная контактная работа	56	56

<i>из них: в форме практической подготовки</i>		
Самостоятельная работа обучающихся	81	81
Контроль промежуточной аттестации	45	45
Форма промежуточной аттестации	диф.зачет, экзамен	диф.зачет, экзамен
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	252	252

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 3	
		Сессия 1-2	Сессия 3-4
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	56	32	24
Учебные занятия лекционного типа	16	12	4
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	3		3
Практические занятия	12	4	8
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	12	4	8

Лабораторные занятия			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Иная контактная работа	28	16	12
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Самостоятельная работа обучающихся	183	108	75
Контроль промежуточной аттестации	13	4	9
Форма промежуточной аттестации	-	диф.зачет	экзамен
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	252	144	108

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Модуль 1. Подвижные игры (семестр 4)											
Раздел 1. «Основные понятия о подвижной игре»	32	14	18	4		6	6			8	
Раздел 2. Основные педагогические требования к организации и методике проведения подвижных игр	31	13	18	4		6	6			8	
Форма промежуточной аттестации	<i>диф. зачет</i>										
Контроль промежуточной аттестации (час)	9										
Общий объем, часов по модулю	63	27	36	8		12	12			16	
Модуль 2. Подвижные игры (семестр 5)											
Раздел 3. Подвижные игры в школьном уроке физической культуры	28	10	18	2		8	6			8	
Раздел 4. Содержание, организация и методика проведения подвижных игр, с детьми младшего и среднего школьного возраста.	28	10	18	2		8	6			8	
Раздел 5. «Организация и методика проведения подвижных игр, с детьми старшего школьного возраста»	28	10	18	2		8	6			8	

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Раздел 6. «Подвижные игры в школьном уроке физкультуры и во внеклассной работе».	30	12	18	2		8	6			8	
Раздел 7. «Содержание, организация и методика проведения подвижных игр во внеурочной и внеклассной форме организации занятий»	30	12	18			10	7			8	
Форма промежуточной аттестации	<i>экзамен</i>										
Контроль промежуточной аттестации (час)	36										
Общий объем, часов по модулю	144	54	90	8		42	<i>31</i>			40	
Общий объем, часов по учебной дисциплине	252	81	126	16		54	<i>43</i>			56	

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Модуль 1. Подвижные игры 3 курс (Сессии 1-2)											
Раздел 1. «Основные понятия о подвижной игре»	34	26	8	4						4	
Раздел 2. Основные педагогические требования к организации и методике проведения подвижных игр	34	26	8	2		2	2			4	
Раздел 3. Подвижные игры в школьном уроке физической культуры	36	28	8	4						4	
Раздел 4. Содержание, организация и методика проведения подвижных игр, с детьми младшего и среднего школьного возраста.	36	28	8	2		2	2			4	
Форма промежуточной аттестации	<i>диф. зачет</i>										
Контроль промежуточной аттестации (час)	4										
Общий объем, часов по модулю	140	108	32	12		4	4			16	
Модуль 2. Подвижные игры 3 курс (Сессии 3-4)											
Раздел 5. «Организация и методика проведения подвижных игр, с детьми старшего школьного возраста»	32	24	8	2	2	2	2			4	

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Раздел 6. «Подвижные игры в школьном уроке физкультуры и во внеклассной работе».	33	25	8	2	1	2	2			4	
Раздел 7. «Содержание, организация и методика проведения подвижных игр во внеурочной и внеклассной форме организации занятий»	34	26	8			4	4			4	
Форма промежуточной аттестации	<i>экзамен</i>										
Контроль промежуточной аттестации (час)	9										
Общий объем, часов по модулю	99	75	24	4	3	8	8			12	
Общий объем, часов по учебной дисциплине	252	183	56	16	3	12	12			28	

РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля

Модуль 1-2. Подвижные игры (4-5 семестр)							
Раздел 1. «Основные понятия о подвижной игре»	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	(расчетно-практическое задание)	2	Контрольная работа
Раздел 2. Основные педагогические требования к организации и методике проведения подвижных игр	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	Аналитические задания	2	Контрольная работа
Раздел 3. Подвижные игры в школьном уроке физической культуры	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	(расчетно-практическое задание)	2	Контрольная работа
Раздел 4. Содержание, организация и методика проведения подвижных игр, с детьми младшего и среднего школьного возраста.	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	аналитическое задание	2	аналитическое задание
Раздел 5. «Организация и методика проведения подвижных игр, с детьми старшего школьного возраста»	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	аналитическое задание	2	Контрольная работа
Раздел 6. «Подвижные игры в школьном уроке физкультуры и во внеклассной работе».	10	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	2	Контрольная работа	2	аналитическое задание

Раздел 7. «Содержание, организация и методика проведения подвижных игр во внеурочной и внеклассной форме организации занятий»	11	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	3	аналитическое задание	2	Контрольная работа
Общий объем по модулю/семестру, часов,	81	42	-	25	-	14	-

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1-2. Подвижные игры 3 курс (Сессия 1-2, Сессия 3-4)							
Раздел 1. «Основные понятия о подвижной игре»	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	(расчетно-практическое задание)	2	Контрольная работа
Раздел 2. Основные педагогические требования к организации и методике проведения подвижных игр	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Аналитические задания	2	Контрольная работа
Раздел 3. Подвижные игры в школьном уроке физической культуры	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	(расчетно-практическое задание)	2	Контрольная работа

Раздел 4. Содержание, организация и методика проведения подвижных игр, с детьми младшего и среднего школьного возраста.	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	аналитическое задание	2	аналитическое задание
Раздел 5. «Организация и методика проведения подвижных игр, с детьми старшего школьного возраста»	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	аналитическое задание	2	Контрольная работа
Раздел 6. «Подвижные игры в школьном уроке физкультуры и во внеклассной работе».	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Контрольная работа	2	аналитическое задание
Раздел 7. «Содержание, организация и методика проведения подвижных игр во внеурочной и внеклассной форме организации занятий»	27	15	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	аналитическое задание	2	Контрольная работа
Общий объем по модулю/семестру, часов,	183	99	-	70	-	14	-

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)

МОДУЛЬ 1-2. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ.

РАЗДЕЛ 1. «ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ О ПОДВИЖНОЙ ИГРЕ»

Цель: сформировать у студентов основные понятия подвижных игр в физическом воспитании детей.

Перечень изучаемых элементов содержания

Определение подвижной игры как вида деятельности. Теории происхождения и развития игры. Естественнаучные основы игровой деятельности. Игра и труд, их связь и различия. Взгляды отечественных общественных деятелей, педагогов и ученых на игру.

Педагогическая группировка (классификация) подвижных игр. Отличие подвижных игр от спортивных.

Педагогическое значение подвижных игр и их характеристика в связи с возрастными особенностями играющих. Педагогическая характеристика игр детей на различных ступенях обучения и воспитания. Игры младшего, среднего и старшего школьного возраста. Анализ игрового материала школьных программ по физическому воспитанию. Место подвижных игр в решении задач физического воспитания.

Тема 1. Значение подвижных игр в физическом воспитании детей

Цель: формировать у студентов знания о значении подвижных игр в физическом воспитании детей

Вопросы для самоподготовки:

1. Теории происхождения и развития игры.
2. Игра и труд, их связь и различия.
3. Взгляды отечественных общественных деятелей, педагогов и ученых на игру.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1:

Форма практического задания: расчетное практическое задание.

1. Предоставить содержание подвижной игры для развития скорости (содержание включает в себя: цель и задачи урока, место проведения, инвентарь, описание и правила подвижной игры, нарушения, варианты игры, графическое изображение и методические указания);

2. Предоставить содержание подвижной игры для развития скоростно-силовых качеств (содержание включает в себя: цель и задачи урока, место проведения, инвентарь, описание и правила подвижной игры, нарушения, варианты игры, графическое изображение и методические указания).

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 1: форма рубежного контроля – контрольная работа.

Контрольная работа проводится на практическом занятии. В контрольной работе **1 теоретический вопрос.**

Теоретические вопросы:

1. Теория происхождения и развитие подвижных игр.
2. Педагогические основы игры (оздоровительное, образовательное, воспитательное значение).
3. Отличие подвижных игр от спортивных.
4. Игровой метод. Его роль в педагогической практике.
5. Педагогическая группировка (классификация) подвижных игр.
6. Игры на школьном уроке физической культуры.
7. Применение игр в занятиях спортом.
8. Критерий выбора игры.
9. Подготовка руководителя к игре.
10. Подготовка играющего коллектива.
11. Способы разделения игроков на команды и их характеристика.
12. Способы выбора водящего и их характеристика.

13. Выборы помощников и капитанов в игре.
14. Требования к рассказу и порядок объяснения игры.
15. Роль и место показа.
16. Руководство игрой.
17. Дозировка и судейство игры.
18. Требования к окончанию и подведению итогов игры.

Раздел 2. Основные педагогические требования к организации и методике проведения подвижных игр

Цель: рассмотреть основные педагогические требования к организации и методике проведения подвижных игр

Перечень изучаемых элементов содержания

Воспитывающий характер обучения. Реализация дидактических принципов в обучении подвижным играм.

Основные задачи руководителя игры. Подготовка преподавателя к игре. Критерий выбора игры. Конспект игры, подготовка места, инвентаря, разметка площадки. Организация играющих: размещение играющих и место руководителя во время объяснения игры. Выбор капитанов и помощников. Способы выбора водящего. Способы разделения на команды. Построение играющих в исходное положение для игры. Требования к рассказу игры, роль показа во время объяснения.

Руководство процессом игры. Организация правильных действий игроков, развитие творческой инициативы. Наблюдение и контроль за выполнением правил. Равномерность нагрузки во время игры. Объективность судейства в подвижных играх. Продолжительность игры для учащихся различного возраста. Требования к окончанию игры.

Подведение итогов игры, определение результатов игры. Оценка выполнения игровых действий всего коллектива и отдельных играющих.

Вопросы для самоподготовки:

1. Специфические особенности подвижных игр в отличие от спортивных.
2. Естественнонаучные основы игровой деятельности
3. Педагогическое значение подвижных игр и их характеристика в связи с возрастными особенностями играющих.
4. Педагогическая характеристика игр детей на различных ступенях обучения и воспитания. Игры младшего, среднего и старшего школьного возраста.
5. Анализ игрового материала школьных программ по физическому воспитанию.
6. Место подвижных игр в решении задач физического воспитания.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2:

Аналитические задания:

1. Определить пути и методы формирования творческого воображения у детей в подвижной игре. Привести примеры методической литературы, в которой они находят отражение.
2. Составить перечень подвижных игр, которые могут быть использованы с целью развития у детей мышечной силы и выносливости.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 2: форма рубежного контроля – контрольная работа.

1. Воспитывающий характер обучения. Реализация дидактических принципов в обучении подвижным играм.
2. Методика организации и проведения подвижных игр в детском саду.
3. Характеристика игр школьников 1-3 классов.

4. Характеристика игр школьников 4-6 классов.
5. Характеристика игр школьников 7-8 классов.
6. Особенности проведения игр со школьниками 1-3х классов.
7. Особенности проведения игр со школьниками 4-6х классов.
8. Особенности проведения игр со школьниками 7-8х классов.
9. Характеристика раздела игр в школьной программе.

Раздел 3. Подвижные игры в школьном уроке физкультуры

Цель: формирование знаний и методических умений по проведению подвижных игр.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Планирование подвижных игр в учебной работе по физическому воспитанию в школе.

Анализ материала по подвижным играм программы по физической культуре общеобразовательной школы. Содержание программного материала, распределение игр по четвертям, место игры на уроке физической культуры.

Типы уроков с применением подвижных игр (примеры игрового, смешанного, тематического уроков). Особенности чередования подвижных игр с другими средствами физического воспитания.

Вопросы для самоподготовки:

1. Составление карточек по подвижным играм на переменах.
2. Какие особенности проведения подвижных игр на переменах?
3. Какие особенности проведения подвижных игр в группах продленного дня?

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 3.

Форма практического задания: расчетное практическое задание.

1. Разработать две подвижные игры для развития физических качеств.
2. Обсудить, продемонстрировать и проанализировать представленные материалы игр. Проект игр 1. (задачи подвижной игры)-воздействие на какие физ. качества
2. Практический ход игры (описание). Обязательно чертёж-схема проекта.
3. Правила игры
4. Подведение итогов (кто и почему выиграл)

Оценить: 1) По пятибалльной системе соответствие содержания игры поставленным задачам.

- 2) По десятибалльной системе оценить содержание и организацию проведения игры.
- 3) По пятибалльной шкале оценить схему проекта.

Проведение игр по времени:

1. Объяснение задач, краткое содержание игры по схеме, правила, определение победителя. 5 мин.
 2. Проведение игры -10 мин
 3. Подведение итогов игры, определение победителя-5 мин.
- Всего-20 мин.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 3: форма рубежного контроля – контрольная работа.

1. Игры типа перебежек.
2. Игры типа салок.
3. Игры типа эстафет и гонок.
4. Игры на сообразительность и внимание.
5. Игры с элементами прыжков.
6. Игры с метанием в неподвижную цель.

7. Игры с метанием в подвижную цель.
8. Игры с элементами силовой борьбы.
9. Подвижные игры с музыкальным сопровождением.
10. Игры с речитативом
11. Игры с элементами гимнастики.
12. Игры с элементами легкой атлетики.
13. Игры с элементами баскетбола.
14. Игры с элементами волейбола.
15. Игры с элементами футбола.
16. Игры в занятиях плаванием.

РАЗДЕЛ 4. «ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР, С ДЕТЬМИ МЛАДШЕГО И СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»

Цель: сформировать у студентов основные знания по проведению подвижных игр с детьми младшего и среднего школьного возраста.

Перечень изучаемых элементов содержания

Методика проведения игр в различных классах школы (в связи с возрастными особенностями). Игры для учащихся 1-3 классов. «Класс, смирно!». «У ребят порядок строгий». «Быстро по местам». «Выставка картин». «Кто подходил». «Совушка». «Мяч соседу». «Передача мяча в колоннах над головой». «К своим флажкам». «Прыжки по полоскам». «Через кочки и пенечки». «Команда быстроногих». «Гуси-лебеди». «Два мороза». «Птицы и клетка». «Гонка мяча по кругу». «Бездомный заяц». «Пустое место». «Караси и щука». «Попрыгунчики-воробушки». «Волк во рву». «Пятнашки». «Кто дальше бросит». «Пингвин с мячом».

Тема 4.1. Содержание, организация и методика проведения подвижных игр, с детьми младшего школьного возраста.

Цель: формирование знаний и методических умений по проведению подвижных игр в начальной школе.

Вопросы для самоподготовки:

1. Особенности выбора игры, подготовки к её проведению объяснения и руководства игрой, подведения итогов с детьми младшего школьного возраста.
2. Подготовка карточек для проведения подвижных игр с детьми разных классов (1-4).
- 3.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Тема 4.2. Содержание, организация и методика проведения подвижных игр, с детьми среднего школьного возраста.

Цель: формирование знаний и методических умений по проведению подвижных игр в средних классах.

Перечень изучаемых элементов содержания

Методика проведения игр в различных классах школы (в связи с возрастными особенностями). Игры для учащихся 4-8 классов. «Вызов номеров». «Линейная эстафета с бегом». «Салки на одной ноге». «Эстафеты с прыжком в высоту». «Эстафеты с прыжком в длину». «Вьюны». «Подвижная цель». «Мяч среднему — 2-й вариант», «Метко в цель». «Перетягивание за черту». «Бой петухов». «Защита булав». «День и ночь». «Круговая лапта». «Выталкивание из круга». «Удочка». «Попади в мяч». «Бой петухов». «Снайперы». «Пионербол». «Перестрелка». «Эстафета с вызовом». «Эстафета баскетболистов». «Эстафета волейболистов». «Борьба за мяч» — простой вариант. «Перебежка с выручкой». «Тяни в круг». «Бег за флажками». «Метко в цель». «В четыре стойки». «Лыжники на местах». «Салки маршем». «Эстафеты на лыжах». «Старт за мячом». «Бросай-беги». «Бег за командами».

Вопросы для самоподготовки:

1. Особенности выбора игры, подготовки к её проведению объяснения и руководства игрой, подведения итогов с детьми среднего школьного возраста.
2. Подготовка карточек для проведения подвижных игр с детьми разных классов (5-8).
3. Какие особенности проведения подвижных игр с занимающимися различного возраста и подготовленности?
4. Какие игры лучше использовать с детьми среднего школьного возраста и почему?
5. Какие особенности проведения подвижных игр нужно учитывать в работе со школьниками 5-8 классов?
6. Как осуществляется выбор помощников и водящих в 5-8 классах?
7. Как подводят итоги подвижной игры с учетом возраста школьников?

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 4:

Аналитические задания:

1. Подготовка преподавателя к игре: расписать критерии выбора игры (по какому признаку будет отбираться та или иная игра-по развитию физических качеств, по возрастному показателю и т. д.). Перечень спортивного инвентаря, места, условия проведения для подвижной игры с детьми младшего и среднего школьного возраста.
2. Составить конспект подвижной игры с детьми младшего и среднего школьного возраста с учетом подготовки места, инвентаря, разметки площадки.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 4: форма рубежного контроля – аналитическое задание.

Аналитические задания:

1. Составить карточки для проведения подвижных игр (3 игры) с детьми 1-3 класса. Что должно входить в игровую карточку: 1. Название игры. 2. Педагогические задачи. 3. Количество участников. 4. Ф. И. О. проводящего игру. 5. Подготовка места к проведению игры. 6. Размещения игроков и руководителя игры. 7. Четкость объяснения игры (название, цель, ход и т.д.), 8. Выбора капитана, водящего. 9. Дозировка игры. 10. Использование помощников. 11. Объективность судейства. 12. Подведение итогов. 13. Определение победителей. Разбор игры. 14. Итог игры.
2. Составить карточки для проведения подвижных игр (1 игру) с детьми 9 класса. Что должно входить в игровую карточку: 1. Название игры. 2. Педагогические задачи. 3. Количество участников. 4. Ф. И. О. проводящего игру. 5. Подготовка места к проведению игры. 6. Размещения игроков и руководителя игры. 7. Четкость объяснения игры (название, цель, ход и т.д.), 8. Выбора капитана, водящего. 9. Дозировка игры. 10. Использование помощников. 11. Объективность судейства. 12. Подведение итогов. 13. Определение победителей. Разбор игры. 14. Итог игры.

Раздел 5. Содержание, организация и методика проведения подвижных игр, с детьми старшего школьного возраста.

Цель: формирование знаний и методических умений по проведению подвижных игр в старших классах.

Перечень изучаемых элементов содержания

Методика проведения игр в различных классах школы (в связи с возрастными особенностями). Игры для учащихся 10-11 классов. В основном проводятся игры, подводящие к занятию спортом и для развития физических качеств. «Эстафета с чехардой». «Эстафета с палками и прыжками». «Встречные старты». «Будь лидером». «На горку и с горки». «Старт с преследованием». «Собери флажки». «Круговая эстафета», «Борьба за бровку». «Челнок».

«Навстречу удочке». «Опреди свое время». «Город за городом». «В дальнюю зону». «Не отступись». «Кто выше». «Силачи». «От щита в поле». «Марш-бросок».

Вопросы для самоподготовки:

1. Особенности выбора игры, подготовки к её проведению объяснения и руководства игрой, подведения итогов с детьми старшего школьного возраста.

2. Подготовка карточек для проведения подвижных игр с детьми разных классов (10-11).

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 5:

Аналитические задания:

1. Предоставить содержание подвижной игры для развития скоростной выносливости и силы у юношей старшего школьного возраста (содержание включает в себя: цель и задачи урока, место проведения, инвентарь, описание и правила подвижной игры, нарушения, варианты игры, графическое изображение и методические указания);

2. Предоставить содержание подвижной игры для развития активной и пассивной гибкости у девушек старшего школьного возраста (содержание включает в себя: цель и задачи урока, место проведения, инвентарь, описание и правила подвижной игры, нарушения, варианты игры, графическое изображение и методические указания).

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 5: форма рубежного контроля – контрольная работа.

1. Организация и методика проведения уроков по подвижным играм в 10-11-х классах общеобразовательной школы.
2. Организация и методика проведения уроков по подвижным играм в спортивных классах
3. Повышение мотивации к учебным занятиям по подвижным играм у школьников старших классов.
4. Особенности физического развития у школьников 10-11 классов.
5. Методика выбора подвижных игр у старших школьников.
6. Подвижные игры на развитие физических качеств у старших школьников. Содержание, методика.
7. Игры, способствующие повышению устойчивости и сопротивляемости организма к заболеваниям у дошкольников и школьников (значимость, влияние на организм, социальная и закаляющая сторона подвижных игр).

РАЗДЕЛ 6. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ШКОЛЬНОМ УРОКЕ ФИЗКУЛЬТУРЫ И ВО ВНЕКЛАССНОЙ РАБОТЕ.

Цель: ознакомить студентов с подвижными играми в учебной работе по физическому воспитанию в школе, в режиме учебного дня.

Перечень изучаемых элементов содержания

Планирование, программы, типы уроков, подвижные игры. «Перетягивание через черту», «Бой петухов», «Сильные и ловкие», «Тяни в круг», «Перетягивание в шеренгах». Игры и упражнения на воде: «Пятнашки маршем», «Бег за флажками», «Перебежки с вырубкой».

Тема 6.1. Планирование подвижных игр в учебной работе по физическому воспитанию в школе.

Цель: формирование аспектов планирования проведения подвижных игр на уроках физической культуры и во внеурочной работе.

Вопросы для самоподготовки:

1. Календарно-тематическое планирование подвижных игр по классам школьной программы (содержание, пункты).
2. Содержание учебного материала по подвижным играм по классам школьной программы.
3. Подвижные игры, применяемые на уроках физической культуры по классам.
4. Подвижные игры, применяемые во внеклассной работе по физическому воспитанию по классам.
5. Требования к уровню подготовки обучающихся по классам в школе.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание.

Тема 6.2. Программы по физической культуре общеобразовательной школы по подвижным играм

Цель: познакомить с программным материалом подвижных игр на уроках физической культуры и во внеурочной работе.

Вопросы для самоподготовки:

1. Содержание программного материала по спортивным играм по классам.
2. Содержание программного материала по гимнастике по классам.
3. Содержание программного материала по лыжному спорту по классам.
4. Содержание программного материала по легкой атлетике по классам.
5. Содержание программного материала по лыжному спорту по классам.
6. Содержание программного материала во внеурочной деятельности по классам.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание.

Тема 6.3. «Типы уроков с применением подвижных игр».

Цель: познакомить с типами уроков подвижных игр на уроках физической культуры и во внеурочной работе.

Вопросы для самоподготовки:

1. Смешанные типы уроков по подвижным играм в школе.
2. Игровые виды уроков по подвижным играм в школе.
3. Педагогические задачи, решаемые по типам уроков во 2 классе.
4. Педагогические задачи, решаемые по типам уроков во 3 классе.
5. Педагогические задачи, решаемые по типам уроков во 6 классе.
6. Педагогические задачи, решаемые по типам уроков во 8 классе.
7. Педагогические задачи, решаемые по типам уроков во 10 классе.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 6:

Форма: контрольная работа.

Контрольная работа проводится на практическом занятии. В контрольной работе **1 теоретический вопрос.**

Теоретические вопросы:

1. Планирование подвижных игр в учебной работе по физическому воспитанию в школе, в режиме учебного дня.
2. Организация соревнований по подвижным играм.
3. Особенности проведения игр-эстафет.
4. Особенности проведения соревнований по подвижным играм.
5. Требования к организации подвижных перемен. Планирование проведения подвижных перемен.
6. Соревнования по подвижным играм. Документы планирования.
7. Значение подвижных игр в занятиях спортом. На примере одного.
8. История возникновения и развития соревнований «Веселые старты» в нашей стране.
9. Положение о проведении соревнований «Веселые старты».
10. Содержание и методика составления программы соревнований «Веселые старты».

11. Вопросы подготовки и организации соревнований «Веселые старты».
12. Методика судейства соревнований «Веселые старты». Состав судейской бригады и обязанности судей.
13. Варианты подсчета очков при проведении соревнований «Веселые старты».
14. Игры на переменах, школьных праздниках, спортивных секциях.
15. Подвижные игры в группах продленного дня.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 6: форма рубежного контроля –

Аналитические задания:

1. Разработать и описать подвижную игру для группы продленного дня.
Что должно входить в описание игры: 1. Цель. 2. Задачи. 3. Место проведения. 4. Спортивный инвентарь. 5. Описание игры. 6. Дозировка. 7. Методические указания.
2. Составить 3 физических упражнения для праздников и аттракционов.
Что должно входить в описание физических упражнений: 1. Цель. 2. Задачи. 3. Место проведения. 4. Спортивный инвентарь. 5. Описание общеразвивающих упражнений. 6. Дозировка. 7. Методические указания.

РАЗДЕЛ 7. СОДЕРЖАНИЕ, ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР ВО ВНЕУРОЧНОЙ И ВНЕКЛАССНОЙ ФОРМЕ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ.

Цель: ознакомить с организацией и методикой проведения подвижных игр во внеурочной и внеклассной форме проведения занятий.

Перечень изучаемых элементов содержания

Подвижные игры на переменах. «Горелки». «У медведя во бору». «Узнай по голосу». «Светофор». «Карусель». «Тропинка». «Западня». «Стоп!». «Не ошибись!». «Три движения». «Выставка картин». «Компас». «Класс, смирно!». «К своим флажкам!».

Игры на воде. «Караси и карпы». «Водолазы». «Пятнашки с поплавками». «Достань до дна рукой». «Кто быстрее». «Поплавок». «Салки с мячом». «Морской бой». «Буря в море». «Торпеды». «Буксиры». «Акулы и дельфин». «Дельфины на охоте». «Волейбол в воде».

Игры для праздников и аттракционов. «Два стула и веревочка». «Меткий футболист». «Неуловимый шнур». «Вертуны». «Возьми булаву». «Подвижный ринг». «Танец папуасов». «Птицы и клетка». «Срезание призов». «Музыкальные змейки». «Посадка картошки». «Смена парами». «Третий лишний на прогулке». «Ходьба с биноклем». «Защищай товарища». «Муравейник». «Иголка и нитка». «Бездомный заяц». «Верный глаз». «Вращение обручей». «Набрасывание колец».

Игры в оздоровительном лагере. «Школьная лапта». «Лапта в кругах». «Невидимки». «К флажку». «Ориентировка по слуху». «Погоня за лисицами». «Поиски пропавшей группы». «Следопыты». «Веселые старты». «Комический футбол». «Рейд в тыл врага». «Стой». «Борьба за флажки». «Эстафета связистов». «Кто разожжет костер». «Друг, дружок, уступи лужок».

Тема 7.1. Организация соревнований по подвижным играм.

Цель: формирование знаний и методических умений по проведению подвижных игр во внеурочной работе.

Вопросы для самоподготовки:

1. Организация соревнований по подвижным играм.
2. Составление положения о соревнованиях по подвижным играм.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Тема 7.2. Содержание, организация и методика проведения подвижных игр во внеурочной и внеклассной форме организации занятий

Цель: формирование знаний и методических умений по проведению подвижных игр во внеурочной работе.

Вопросы для самоподготовки:

Организация, методика, соревнование, скорость, выносливость, школа, дошкольные учреждения, высшие учебные заведения.

Цель: формирование знаний и методических умений по проведению подвижных игр во внеурочной работе.

Вопросы для самоподготовки:

1. Подвижные игры, для развития скорости у учащихся начальных классов.
2. Подвижные игры, для развития скорости у учащихся средних классов.
3. Подвижные игры, для развития скорости у учащихся старших классов.
4. Подвижные игры, для развития выносливости у учащихся начальных классов.
5. Подвижные игры, для развития скорости у учащихся средних классов.
6. Подвижные игры, для развития скорости у учащихся старших классов.
7. Содержание, организация и методика проведения соревнований по подвижным играм в дошкольных учреждениях.
8. Содержание, организация и методика проведения соревнований по подвижным играм в школе.
9. Содержание, организация и методика проведения соревнований по подвижным играм в высших учебных заведениях.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 7

Аналитические задания.

1. Предоставить содержание любой подвижной игры у детей среднего школьного возраста во внеурочной деятельности (масс старт, веселые старты, во время активного отдыха и т. д.);
2. Предоставить содержание подвижной игры для развития ловкости у детей среднего школьного возраста во внеурочной деятельности (масс старт, веселые старты, во время активного отдыха и т. д.).

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 7: форма рубежного контроля – контрольная работа.

Контрольная работа проводится на практическом занятии. В контрольной работе **1 теоретический вопрос.**

Теоретические вопросы:

1. Особенности различия выбора игры, подготовки к её проведению объяснения и руководства игрой, подведения итогов с детьми разного школьного возраста.
2. Развитие творчества школьников в подвижных играх.
3. Приемы регулирования физической нагрузки в подвижной игре.
4. Развивающие игры физкультурной тематики для школьников (содержание, методика использования).
5. Объяснение и показ преподавателем приемов обучения подвижным играм.
6. Обоснование необходимости проведения физкультурных минуток в младшем школьном возрасте. Вариативность их содержания.
7. Содержание и варианты проведения подвижных игр на прогулке.
8. Личностная направленность физкультурно-оздоровительной работы со школьниками (развитие волевой активности и самостоятельности и детей).
9. Новые технологии оздоровительной работы со школьниками старшего возраста на основе подвижных игр.
10. Игры на местности.
11. Игры аттракционы.
12. Игры во внеурочных формах работы.
13. Игры во внешкольных формах работы с детьми.
14. Игры в системе оздоровительной и физкультурно-массовой работы с населением.

15.Развивающая физкультурнооздоровительная среда школьного учреждения (перечень физкультурного оборудования и инвентаря, особенности его расположения в физкультурном зале и на спортивной площадке).

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является **дифференцированный зачет, экзамен** который проводится в **устной/письменной** форме.

4.2.Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
УК-7.	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК - 7.1.Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической	Этап формирования знаний

		<p>подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря.</p>	
		<p>УК - 7.2. Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p>	<p>Этап формирования умений</p>
		<p>УК - 7.3. Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		состояния, физической подготовленности.	
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. Знает: <ul style="list-style-type: none"> - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения. - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - химический состав организма человека; - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности 	Этап формирования знаний

		<p>занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту;</p> <p>- терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании,</p>	
--	--	---	--

		<p>подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;</p> <p>- терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p>	
		<p>ОПК -1.2. Умеет: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; -</p>	
--	--	--	--

		<p>определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;</p> <p>- определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС;</p> <p>- подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС;</p> <p>- подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся;</p> <p>- раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</p> <p>- планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>	
		<p>ОПК - 1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, подвижных и 	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>	
ОПК – 5.	<p>Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</p>	<p>ОПК - 5.1. Знает: - закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся; - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе; - характеристику коллектива и основы его формирования в спорте; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; - организацию воспитательного процесса в образовательных организациях; - технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.</p>	<p>Этап формирования знаний</p>

		<p>ОПК-5.2. Умеет: - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга.</p>	<p>Этап формирования умений</p>
		<p>ОПК-5.3 Владеет опытом: - подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ; - составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом; - организации участия обучающихся в мероприятиях</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях.	
ОПК – 7.	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	<p>ОПК-7.1 Знает: - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержания; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде;</p> <p>- нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.) - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний</p>	Этап формирования знаний

		<p>различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;</p> <p>- правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом;</p> <p>- приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке. - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп;</p> <p>- специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях</p>	
--	--	---	--

		<p>ИВС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС.</p>	
		<p>ОПК-7.2. Умеет: - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; -проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; -</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p>	
		<p>ОПК-7.3. Имеет опыт - измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом - составление плана профилактических мероприятий по возникновению</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.</p>	
ОПК 8.	Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	<p>ОПК-8.1. Знает: - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению</p>	Этап формирования знаний

		допинга; - планы антидопинговых мероприятий.	
		<p>ОПК-8.2. Умеет: - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.</p>	Этап формирования умений
		<p>ОПК-8.3 Имеет опыт - выбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия; - проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; -</p>	Этап формирования навыков и получения опыта

		<p>изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; - внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; - выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ;</p> <p>- анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; - разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций; - осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов.</p>	
ОПК – 10.	<p>Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта</p>	<p>ОПК-10.1. Знает: - основы менеджмента, управления персоналом; - основы эффективных коммуникаций; - методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетними обучающимися, коллегами по работе; - методы консультирования, проведения мастер-классов, круглых столов; - нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи; - методы оценки</p>	<p>Этап формирования знаний</p>

		<p>качества и результативности работы подчиненных; - типичные психологические трудности занимающихся физической культурой и спортом; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией; - основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе; - методики подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p>	
		<p>ОПК-10.2. Умеет: - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения; - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами; - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; - предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний,</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; - вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся; - определять цели и задачи деятельности спортивного актива; - контролировать и направлять работу спортивного актива; - определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта; - оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p>	
		<p>ОПК-10.3. Имеет опыт - определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; - составления плана физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - распределения задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды); - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; - применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися физической культурой и спортом; - анализа</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.</p>	
ПК-1.	<p>Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки</p>	<p>ПК-1.1. Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями); методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние, санитарно-гигиенические требования к организациям дополнительного образования, дошкольным, общеобразовательным, профессиональным образовательным организациям, организациям высшего и дополнительного профессионального образования, осуществляющим образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки, подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной</p>	<p>Этап формирования знаний</p>

	<p>специализации), медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на тренировочном этапе, методика преподавания, основы биомеханики, физиологии и гигиены спорта, режимы тренировочной работы, предельные тренировочные нагрузки, объем индивидуальной спортивной подготовки, методики контроля и оценки физической подготовленности обучающихся, методы планирования тренировочного процесса, современные методы тренировочной работы, порядок составления и ведения учетно-отчетной документации, нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией, основы работы с персональным компьютером, с электронной почтой, текстовыми редакторами, электронными таблицами и браузерами, правила внутреннего трудового распорядка, этические нормы в области спорта, правила охраны труда и пожарной безопасности.</p> <p>ПК-1.2. Умения: использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся, вести первичную учетно-отчетную документацию по реализации программ спортивной подготовки в электронном и бумажном виде, выявлять проблемы в организации спортивной работы, предложить мероприятия по совершенствованию подготовки, использовать методы календарного планирования, использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности.</p>	<p>Этап формирования умений</p>
--	---	---------------------------------

		<p>ПК - 1.3. Владеть опытом: Календарно-тематическим планированием и составлением расписания занятий по реализации программ на этапах спортивной подготовки в соответствии с локальными актами, целями и задачами физкультурно-спортивной организации, Организацией прохождения обучающимися контрольных процедур с целью с целью выполнения ими контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, установленных образовательными программами, разработка комплексной программы подготовки спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям по соответствующему направлению в работе, разработкой комплексных и индивидуальных планов подготовки спортсменов (команды) согласно утвержденным планам проведения спортивных мероприятий, систематическим учетом, анализом, обобщением результатов работы, в том числе с использованием электронных форм, оценка эффективности подготовки обучающихся с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности, внедрением современных методик подготовки обучающихся по программам этапа спортивной подготовки, внесении коррективы в дальнейшую подготовку обучающихся.</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>
ПК-6.	Способен использовать образовательном процессе педагогически в	ПК-6 Знать: - Анатомия человека, Гигиенические основы физической деятельности, Физиология человека с основами биохимии, Основы медицинских знаний,	Этап формирования знаний

	<p>обоснованные формы, методы, средства, приемы организации деятельности обучающихся</p>	<p>диетология, Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий, Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки, физкультурно-оздоровительные технологии, Педагогические средства управления величиной и направленностью тренировочной нагрузки, Порядок составления отчетной документации по консультированию тренеров, занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки, спортивный мониторинг.</p>	
		<p>ПК – 6.2. Уметь: Анализировать динамику физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, выявлять проблемы в цикле тренировки, Обосновывать рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося для сохранения функционального состояния и спортивной формы, Использовать средства спортивной физиологии для анализа и разработки отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, программ спортивной подготовки, планов спортивной подготовки, Проводить консультирование тренеров по прикладным вопросам физиологии спорта в практике тренировочного и соревновательного процесса, Прогнозировать воздействие отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации при проведении выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров.</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>ПК- 6.3. Владеть: Ознакомлением педагога-тренера (группы тренеров), занимающихся с результатами контрольных мероприятий по оценке физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, а также с собственными выводами и рекомендациями, сделанными по результатам контрольных мероприятий, консультированием педагогов-тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам совершенствования общей физической и специальной подготовки занимающегося, содержанию самостоятельных тренировок, по вопросам спортивного и оздоровительного питания (диеты), Выполнением по запросу занимающегося, педагога (группы тренеров) физиологических обоснований отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, прогнозированием воздействия данных мероприятий на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Разработкой планов и программ спортивной подготовки занимающихся в части, касающейся организации общей физической подготовки, специальной подготовки, Проведением публичных выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров по основам спортивной физиологии, организации</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		общей физической подготовки, специальной подготовки	
--	--	--	--

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
УК-7; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ПК-1; ПК-6	Этап формирования знаний.	<p>Теоретический блок вопросов.</p> <p>Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал</p>	<p>1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок: (9-10] баллов;</p> <p>2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения: [8-9) баллов;</p> <p>3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала: (6-8) баллов;</p> <p>4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки: [0-6] баллов.</p>

<p>УК-7; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ПК-1; ПК-6</p>	<p>Этап формирования умений</p>	<p>Аналитическое задание (<i>задачи, ситуационные задания, проблемные ситуации контрольные работы, компьютерное тестирование, рефераты</i>)</p> <p>Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10) баллов;</p> <p>2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов;</p> <p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов;</p> <p>4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6) баллов.</p>
<p>УК-7; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ПК-1; ПК-6</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта.</p>	<p>Аналитическое задание (<i>задачи, ситуационные задания, проблемные ситуации контрольные работы, компьютерное тестирование, рефераты</i>)</p> <p>Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10) баллов;</p> <p>2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов;</p> <p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов;</p> <p>4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6) баллов.</p>

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

МОДУЛЬ 1-2. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ.

Теоретический блок вопросов к дифференцированному зачету:

1. Теории происхождения и развития игры.

2. Игра и труд, их связь и различия.
3. Взгляды отечественных общественных деятелей, педагогов и ученых на игру.
4. Специфические особенности подвижных игр в отличие от спортивных.
5. Естественнонаучные основы игровой деятельности
6. Педагогическое значение подвижных игр и их характеристика в связи с возрастными особенностями играющих.
7. Педагогическая характеристика игр детей на различных ступенях обучения и воспитания. Игры младшего, среднего и старшего школьного возраста.
8. Анализ игрового материала школьных программ по физическому воспитанию.
9. Место подвижных игр в решении задач физического воспитания.
10. Методика планирования учебного материала по подвижным играм для школьников младших классов.
11. Методика планирования учебного материала по подвижным играм для школьников средних классов.
12. Методика планирования учебного материала по подвижным играм для школьников старших классов.
13. Организация и методика проведения уроков по подвижным играм в начальной школе.
14. Организация и методика проведения уроков по подвижным играм в 5-9-х классах общеобразовательной школы.
15. Организация и методика проведения уроков по подвижным играм в 10-11-х классах общеобразовательной школы.
16. Организация и проведение внеклассной работы с использованием подвижных игр в школе.
17. Использование подвижных игр в оздоровлении и социальной адаптации инвалидов.
18. Организация и проведение соревнований по подвижным играм, «Веселых стартов» для школьников.
19. Планирование подвижных игр в учебной работе по физическому воспитанию в школе, в режиме учебного дня.
20. Особенности проведения игр-эстафет.
21. Требования к организации подвижных перемен. Планирование проведения подвижных перемен.
22. Соревнования по подвижным играм. Документы планирования.
23. Значение подвижных игр в занятиях спортом. На примере одного.
24. Игры во внешкольных формах работы с детьми.
25. Игры в системе оздоровительной и физкультурно-массовой работы с населением.

Аналитические задания к экзамену: (выбрать два задания).

1. Составить учебную карточку по подвижной игре для детей младшего школьного возраста. Что должно входить в игровую карточку: 1. Название игры. 2. Педагогические задачи. 3. Количество участников. 4. Ф. И. О. проводящего игру. 5. Подготовка места к проведению игры. 6. Размещения игроков и руководителя игры. 7. Четкость объяснения игры(название, цель, ход и т.д.), 8. Выбора капитана, водящего. 9. Дозировка игры. 10. Использование помощников. 11. Объективность судейства. 12. Подведение итогов. 13. Определение победителей. Разбор игры. 14. Итог игры.
2. Составить учебную карточку по подвижной игре для детей среднего школьного возраста.
3. Составить учебную карточку по подвижной игре для детей старшего школьного возраста.
4. Составить учебную карточку по подвижной игре с речетативом.
5. Составить учебную карточку по подвижной игре с перебежками.
6. Составить учебную карточку по подвижной игре с прыжками.
7. Составить учебную карточку по подвижной игре с бросками и ловлей.
8. Составить учебную карточку по подвижной игре с метанием.
9. Составить учебную карточку по подвижной игре для перемены.
10. Составить учебную карточку по подвижной игре для группы продленного дня

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата/магистратуры/специалитета в Российском государственном социальном университете и Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для зачета с оценкой, экзамену.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

1. Димова, А. Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: учебник для вузов / А. Л. Димова. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 428 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14068-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496660>
2. Покровский, Е. А. Детские игры / Е. А. Покровский. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 420 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-11990-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496160>
3. Физическая культура и спорт: учебное пособие: [16+] / Т. В. Колтошова, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова [и др.] ; Омский государственный технический университет. – Омск: Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2020. – 169 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=682103> . – ISBN 978-5-8149-3001-9. – Текст: электронный.

5.1.2. Дополнительная литература

1. Григорьев, О. А. Организация физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере: учебное пособие для вузов / О. А. Григорьев, Е. А. Стеблецов. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 261 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12478-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496193>
2. Теория и методика избранного вида спорта: учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт,

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Подвижные игры» предполагает изучение материалов дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта, модуля) на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров и практических занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программой дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;

- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач;
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной учебной программой тематики.

Обработка, обобщение полученных результатов практического занятия проводится обучающимися самостоятельно или под руководством преподавателя (в зависимости от степени сложности поставленных задач). В результате оформляется индивидуальный отчет. Подготовленная к сдаче на контроль и оценку работа сдается преподавателю. Форма отчетности может быть письменная, устная или две одновременно. Главным результатом в данном случае служит получение положительной оценки по каждому практическому занятию. Это является необходимым условием при проведении рубежного контроля и допуска к экзамену. При получении неудовлетворительных результатов обучающийся имеет право в дополнительное время пересдать преподавателю работу до проведения промежуточной аттестации.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Более подробная информация о самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы по дисциплине (Теория и методика базовых видов спорта модулю)», «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (Теория и методика базовых видов спорта)»).

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7
2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic
3. Справочная система Консультант+
4. Okular или Acrobat Reader DC
5. Ark или 7-zip
6. SKY DNS
7. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «*Подвижные игры*» в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура* используются:

Учебная аудитория для занятий лекционного типа оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроjectionное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), видеофильмами (Серия из 20 фильмов «Подвижные игры», «История возникновения подвижных игр», «Методическое руководство проведения подвижных игр с детьми разного возраста»).

Учебная аудитория для занятий семинарского типа: оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

Реализация учебной дисциплины в форме практических занятий требует наличия игровых спортивных залов, учебно-тренировочной базы, стадиона, раздевалок, душевых.

Оборудование спортивных залов: *мячи, волейбольные сетки, баскетбольные щиты, гимнастические палки, скакалки, скамейки.*

Оборудование учебно-тренировочной базы: *лыжи, ботинки, палки, подготовленные лыжные трассы.*

Оборудование стадиона: *футбольные ворота, беговые дорожки с разметкой, прыжковая яма.*

Оборудование раздевалок: *скамейки, шкафчики для одежды.*

Спортивные объекты:

Наименование объекта	Адрес	Площадь объекта	Количество занимающихся
Плоскостное сооружение	Лосиноостровская, дом 24	300 м ²	80-100 (одновременно)
Плоскостное сооружение	В.Пика дом 4 стр. 1	210 м ²	30-80 (одновременно)
Спортивный зал	Лосиноостровская, дом 24	240 м ²	45-60
Лыжная база	Лосиноостровская, дом 30, стр. 1	10,6 м ²	40-70 (одновременно)

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть Интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

5.6 Образовательные технологии

При реализации дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «*Подвижные игры*» применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «*Подвижные игры*» предусматривает использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий в форме разбора конкретных ситуаций в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития **профессиональных** навыков обучающихся.

При освоении дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «*Подвижные игры*» предусмотрено применением электронного обучения.

Учебные часы дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «*Подвижные игры*» предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «*Подвижные игры*» предусмотрены встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых связана с *направленностью* реализуемой основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата/магистратуры/специалитета.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1	Утверждена и введена в действие решением Ученого Совета факультета физической культуры на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. №940 и приказом Министерства науки и высшего образования от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные образовательные стандарты высшего образования»	Протокол заседания Ученого совета факультета № 10 от «01» июня 2022 года	01.09.2022



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«03» июня 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Игровые виды спорта (МОДУЛЯ)

Направление подготовки
«Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА**

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Игровые виды спорта (модуля)» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата 49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

– 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;

– 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;

– 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»;

– 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»;

– 05.012 Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»

Рабочая программа дисциплины (Игровые виды спорта, модуль) разработана рабочей в составе: кандидат педагогических наук, старший преподаватель факультета физической культуры РГСУ Казаков Д.

Руководитель основной
профессиональной
образовательной программы к.п.н.,
доцент

Петрова М. А.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Игровые виды спорта, модуль) обсуждена и утверждена на Ученом совете факультета физической культуры. Протокол № 10 от «01» июня 2022 года

(наименование факультета)

Декан факультета физической
культуры, доктор педагогических наук,
доцент

Махов Александр Сергеевич

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Игровые виды спорта, модуль) рекомендована к утверждению представителями организаций-работодателей

Автономная некоммерческая организация
«Профессиональный клуб женской гимнастики
«Олимпия»,
Президент, тренер-преподаватель по спорту

Л.Н. Ступаченко

(подпись)

Рабочая программа учебной дисциплины рецензирована и рекомендована к утверждению:

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры
безопасности жизнедеятельности и адаптивной
физической культуры Шуйского филиала ИвГУ

Е. А. Осокина

(подпись)

Доктор педагогических наук, профессор
Факультета физической культуры РГСУ

В. Ю. Карпов

(подпись)

Согласовано
Научная библиотека, директор

И.Г. Маляр

(подпись)

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы <i>бакалавриата</i>	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	4
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	28
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	28
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	30
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	34
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	34
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	37
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	51
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	51
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	51
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	75
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	76
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	78
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	78
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	78
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	79
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	79
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	81
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	82
5.6 Образовательные технологии	83
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	83

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта, модуля) заключается в получении обучающимися теоретических знаний в области теории и методики обучения игровых видов спорта с последующим применением в профессиональной сфере и практических навыков, формирование принципов и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по игровым видам спорта; формирование содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств игровых видов спорта, правила и организация соревнований способы оценки результатов обучения.

Задачи дисциплины (модуля):

В результате изучения курса выпускник должен решать следующие профессиональные задачи:

1. Подбирать методики проведения занятий по игровым видам спорта с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;
2. Определять средства и величину нагрузки на занятиях по игровым видам спорта, в зависимости от поставленных задач;
3. Использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей игровых видов спорта;
4. Определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по игровым видам спорта;
5. Определять задачи учебно-тренировочного занятия по игровым видам спорта;
6. Подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса;
7. Подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся;
8. Раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин по игровым видам спорта;
9. Планировать содержание учебно-тренировочных занятий и планы проведения соревнований с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы бакалавриата

Дисциплина (модуль) «*Игровые виды спорта (модуля)*» реализуется в *обязательной* части основной образовательной программы по направлению подготовки «49.03.01 *Физическая культура*» очной, заочной формам обучения.

Изучение дисциплины (модуля) «*Игровые виды спорта (модуля)*» базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися ранее в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): «*Физическая культура и спорт (модуля)*», «*Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (модуля)*».

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной (модулем):

- *Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта*

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной

программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: УК-7; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ПК-1; ПК-6, в соответствии с основной профессиональной образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура*.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7.	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК - 7.2. самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.	Знать: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-

				<p>измерительных приборов и инвентаря.</p> <p>Уметь: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p> <p>Владеть: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа</p>
--	--	--	--	--

				своего физического состояния, физической подготовленности.
Планирование	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. дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель,	Знать: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения, - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; – возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; – физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные

			<p>задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение, подбирать методику проведения на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся,</p>	<p>понятия возрастной психологии, - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - структуру построения занятий, формы и способы планирования; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту;- терминологию, классификацию, принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и способы оценки результатов обучения; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;- средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки.</p> <p>Уметь: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - применять биомеханические</p>
--	--	--	--	---

		<p>материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>	<p>технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение, подбирать методику проведения на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики,</p>
--	--	--	---

			<p>подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - раскрывать и интерпретировать методiku обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий. Владеть опытом: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетки, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста</p>
--	--	--	---

				<p>учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>
<p>Воспитание</p>	<p>ОПК – 5.</p>	<p>Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</p>	<p>ОПК-5.2. Умеет: - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для</p>	<p>Знать: - закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся; - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе; - характеристику коллектива и основы его формирования в спорте; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; - организацию воспитательного процесса в образовательных организациях; - технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.</p> <p>Уметь: - решать воспитательные задачи на</p>

		<p>формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга. 	<p>занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками;</p> <ul style="list-style-type: none"> - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга. <p>Владеть опытом:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных
--	--	--	---

				<p>общеобразовательных программ; - составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом; - организации участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях.</p>
<p>Обеспечение безопасности</p>	<p>ОПК – 7.</p>	<p>Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>ОПК-7.2. - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм; - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за</p>	<p>Знать: - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.) - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе</p>

			<p>медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на</p>	<p>учебной и спортивной деятельности; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию,</p>
--	--	--	---	---

		<p>нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p>	<p>подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС.</p> <p>Уметь: - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм; - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждений; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; -</p>
--	--	--	---

				<p>разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений;</p> <p>- поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p> <p>Владеть опытом: - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведения инструктажа по технике</p>
--	--	--	--	---

				<p>безопасности на занятиях физической культурой и спортом - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.</p>
Профилактика допинга	ОПК 8.	Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	<p>ОПК-8.2. - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; -</p>	<p>Знать: - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления</p>

			<p>планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.</p>	<p>просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий.</p> <p>Уметь: - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и</p>
--	--	--	--	--

				<p>методическому обеспечению антидопинговых программ; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.</p> <p>Владеть:- проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; - изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; - внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; - анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; - разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций;</p>
--	--	--	--	--

				- осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов.
Профессиональное взаимодействие	ОПК – 10.	Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта	ОПК-10.2. - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения; - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами; - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; - предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся	Знать: - основы менеджмента, управления персоналом; - основы эффективных коммуникаций; - методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетними обучающимися, коллегами по работе; - методы консультирования, проведения мастер-классов, круглых столов; - нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи; - методы оценки качества и результативности работы подчиненных; - типичные психологические трудности занимающихся физической культурой и спортом; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного

			<p>физкультурно-спортивной деятельностью; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; - вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся; - определять цели и задачи деятельности спортивного актива; - контролировать и направлять работу спортивного актива; - определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта; - оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p>	<p>процесса, а также занятий двигательной рекреацией; - основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе; - методики подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p> <p>Уметь: - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения; - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами; - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; - предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в</p>
--	--	--	---	--

				<p>профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; - вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся; - определять цели и задачи деятельности спортивного актива; - контролировать и направлять работу спортивного актива; - определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта; - оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p> <p>Владеть - определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; - составления плана физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - распределения задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды); - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; - применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися физической культурой и</p>
--	--	--	--	---

				спортом; - анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.
Разработка и реализация программ спортивной подготовки	ПК-1	Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки	ПК-1.2.: использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся, вести первичную учетно-отчетную документацию по реализации программ спортивной подготовки в электронном и бумажном виде, выявлять проблемы в организации спортивной работы, предложить мероприятия по совершенствованию подготовки, использовать методы календарного планирования, использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности.	Знать: Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта(правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями); методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние, санитарно-гигиенические требования к организациям дополнительного образования, дошкольным, общеобразовательным, профессиональным образовательным организациям, организациям высшего и дополнительного профессионального образования, осуществляющим образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной

			<p>подготовки, подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на тренировочном этапе, методика преподавания, основы биомеханики, физиологии и гигиены спорта, режимы тренировочной работы, предельные тренировочные нагрузки, объем индивидуальной спортивной подготовки, методики контроля и оценки физической подготовленности обучающихся, методы планирования тренировочного процесса, современные методы тренировочной работы, порядок составления и ведения учетно-отчетной документации, нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией, основы работы с персональным компьютером, с электронной почтой, текстовыми редакторами, электронными таблицами и браузерами, правила внутреннего трудового распорядка, этические нормы в области спорта, правила охраны труда и пожарной безопасности.</p> <p>Уметь: использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся, вести первичную учетно-отчетную документацию по реализации программ спортивной подготовки в электронном и бумажном виде, выявлять проблемы в организации спортивной работы, предложить мероприятия по совершенствованию подготовки, использовать методы календарного планирования, использовать</p>
--	--	--	--

				<p>информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности.</p> <p>Владеть: Календарно-тематическим планированием и составлением расписания занятий по реализации программ на этапах спортивной подготовки в соответствии с локальными актами, целями и задачами физкультурно-спортивной организации, Организацией прохождения обучающимися контрольных процедур с целью с целью выполнения ими контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, установленных образовательными программами, разработка комплексной программы подготовки спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям по соответствующему направлению в работе, разработкой комплексных и индивидуальных планов подготовки спортсменов (команды) согласно утвержденным планам проведения спортивных мероприятий, систематическим учетом, анализом, обобщением результатов работы, в том числе с использованием электронных форм, оценка эффективности подготовки обучающихся с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности, внедрением современных методик подготовки обучающихся по программам этапа спортивной подготовки,</p>
--	--	--	--	---

				внесением коррективы в дальнейшую подготовку обучающихся.
Педагогическая деятельность	ПК-6.	Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства, приемы организации деятельности обучающихся	ПК-6.2: Анализировать динамику физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, выявлять проблемы в цикле тренировки, Обосновывать рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося для сохранения функционального состояния и спортивной формы, Использовать средства спортивной физиологии для анализа и разработки отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, программ спортивной подготовки, планов спортивной подготовки, Проводить консультирование тренеров по прикладным вопросам физиологии спорта в практике тренировочного и соревновательного процесса, Прогнозировать воздействие отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные	Знать: - Анатомия человека, Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, Физиология человека с основами биохимии, Основы медицинских знаний, диетология, Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий, Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки, физкультурно-оздоровительные технологии, Педагогические средства управления величиной и направленностью тренировочной нагрузки, Порядок составления отчетной документации по консультированию тренеров, занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки, спортивный мониторинг. Уметь: Анализировать динамику физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, выявлять проблемы в цикле тренировки, Обосновывать рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося для сохранения функционального состояния и спортивной формы, Использовать средства спортивной физиологии для анализа и разработки отдельных

			<p>средства представления информации при проведении выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров.</p>	<p>комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, программ спортивной подготовки, планов спортивной подготовки, Проводить консультирование тренеров по прикладным вопросам физиологии спорта в практике тренировочного и соревновательного процесса, Прогнозировать воздействие отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации при проведении выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров.</p> <p>Владеть: Ознакомлением педагога-тренера (группы тренеров), занимающихся с результатами контрольных мероприятий по оценке физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, а также с собственными выводами и рекомендациями, сделанными по результатам контрольных мероприятий, консультированием педагогов-тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам совершенствования общей физической и специальной подготовки занимающегося, содержанию самостоятельных тренировок, по вопросам спортивного и оздоровительного питания (диеты), Выполнением по запросу занимающегося, педагога (группы тренеров)</p>
--	--	--	---	--

				физиологических обоснований отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, прогнозированием воздействия данных мероприятий на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Разработкой планов и программ спортивной подготовки занимающихся в части, касающейся организации общей физической подготовки, специальной подготовки, Проведением публичных выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров по основам спортивной физиологии, организации общей физической подготовки, специальной подготовки
--	--	--	--	--

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 9 зачетных единиц.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		5-6
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	162	162
Учебные занятия лекционного типа	16	16
<i>из них: в форме практической подготовки</i>		
Практические занятия	74	74
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	59	59
Лабораторные занятия		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>		
Иная контактная работа	72	72

<i>из них: в форме практической подготовки</i>		
Самостоятельная работа обучающихся	117	117
Контроль промежуточной аттестации	45	45
Форма промежуточной аттестации	диф.зачет, экзамен	диф.зачет, экзамен
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	324	324

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 4	
		Сессия 1-2	Сессия 3-4
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	72	48	24
Учебные занятия лекционного типа	12	8	4
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	7		7
Практические занятия	24	16	8
<i>из них: в форме практической</i>	24	16	8

<i>подготовка</i>			
Лабораторные занятия			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Иная контактная работа	36	24	12
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Самостоятельная работа обучающихся	239	164	75
Контроль промежуточной аттестации	13	4	9
Форма промежуточной аттестации		диф.зачет	экзамен
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	324	216	108

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Модуль 1. Игровые виды спорта (семестр 5)											
Раздел 1. Общая характеристика спортивной игры.	32	14	18	2		8	8			8	
Раздел 2. История возникновения и основные тенденции современного баскетбола.	34	16	18	2		8	8			8	
Раздел 3. Основные положения и классификация техники игры в нападении.	35	17	18	2		8	8			8	
Раздел 4. Основы техники игры в баскетбол и методикой обучения.	34	16	18	2		8	8			8	
Форма промежуточной аттестации	<i>диф.зачет</i>										
Контроль промежуточной аттестации (час)	9										
Общий объем, часов по модулю	135	63	72	8		32	32			32	
Модуль 2. Игровые виды спорта (семестр 6)											
Раздел 5. Основные положения и классификация тактики игры в защите. Методика обучения тактики игры в защите.	28	10	18	2		8	6			8	
Раздел 6. Соревнования по баскетболу и урок баскетбола в школе.	28	10	18	2		8	6			8	

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Раздел 7. Общая характеристика спортивной игры. Основы техники игры в волейбол и методика обучения.	28	10	18	2		8	6			8	
Раздел 8. Основы тактики игры в волейбол и методика обучения.	30	12	18	2		8	6			8	
Раздел 9. Соревнования по волейболу и урок волейбола в школе.	30	12	18			10	3			8	
Форма промежуточной аттестации	<i>экзамен</i>										
Контроль промежуточной аттестации (час)	36										
Общий объем, часов по модулю	144	54	90	8		42	27			40	
Общий объем, часов по учебной дисциплине	324	117	162	16		74	59			72	

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Модуль 1. Игровые виды спорта 4 курс (Сессии 1-2)											
Раздел 1. Общая характеристика спортивной игры.	34	26	8	2	2	2	2			4	
Раздел 2. История возникновения и основные тенденции современного баскетбола.	36	28	8	2	2	2	2			4	
Раздел 3. Основные положения и классификация техники игры в нападении.	34	26	8	2	2	2	2			4	
Раздел 4. Основы техники игры в баскетбол и методикой обучения.	36	28	8	2	1	2	2			4	
Раздел 5. Основные положения и классификация тактики игры в защите. Методика обучения тактики игры в защите.	36	28	8			4	4			4	
Раздел 6. Соревнования по баскетболу и урок баскетбола в школе.	36	28	8			4	4			4	
Форма промежуточной аттестации	<i>диф.зачет</i>										
Контроль промежуточной аттестации (час)	4										
Общий объем, часов по модулю	212	164	48	8	7	16	16			24	
Модуль 2. Игровые виды спорта 4 курс (Сессии 3-4)											

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа
Раздел 7. Общая характеристика спортивной игры. Основы техники игры в волейбол и методика обучения.	32	24	8	2		2	2			4
Раздел 8. Основы тактики игры в волейбол и методика обучения.	33	25	8	2		2	2			4
Раздел 9. Соревнования по волейболу и урок волейбола в школе.	34	26	8			4	4			4
Форма промежуточной аттестации	<i>экзамен</i>									
Контроль промежуточной аттестации (час)	9									
Общий объем, часов по модулю	99	75	24	4		8	8			12
Общий объем, часов по учебной дисциплине	324	239	72	12	7	24	24			36

РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся
--------------	-------	---

		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1-2. Игровые виды спорта (5-6 семестр)							
Раздел 1. Общая характеристика спортивной игры.	14	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	доклад	2	Контрольные нормативы
Раздел 2. История возникновения и основные тенденции современного баскетбола.	14	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	Доклад	2	Контрольная работа
Раздел 3. Основные положения и классификация техники игры в нападении.	14	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	доклад	2	Контрольные нормативы
Раздел 4. Основы техники игры в баскетбол и методикой обучения.	14	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	Доклад	2	Контрольная работа
Раздел 5. Основные положения и классификация тактики игры в защите. Методика обучения тактики игры в защите.	14	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	Доклад	2	Контрольная работа
Раздел 6. Соревнования по баскетболу и урок баскетбола в школе.	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	Доклад	2	Тестирование
Раздел 7. Общая характеристика	10	6	Подготовка к лекционным и практическим	2	Реферат	2	Контрольные нормативы

спортивной игры. Основы техники игры в волейбол и методика обучения.			занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС				
Раздел 8. Основы тактики игры в волейбол и методика обучения.	14	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	Доклад	2	Реферат
Раздел 9. Соревнования по волейболу и урок волейбола в школе.	11	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	3	Доклад	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по модулю/семестру, часов,	117	66	-	33	-	18	-

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1-2. Игровые виды спорта 4 курс (Сессия 1-2, Сессия 3-4)							
Раздел 1. Общая характеристика спортивной игры.	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	доклад	2	Контрольные нормативы
Раздел 2. История возникновения и основные тенденции современного баскетбола.	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Доклад	2	Контрольная работа
Раздел 3. Основные положения и классификация	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	доклад	2	Контрольные нормативы

техники игры в нападении.							
Раздел 4. Основы техники игры в баскетбол и методикой обучения.	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Доклад	2	Контрольная работа
Раздел 5. Основные положения и классификация тактики игры в защите. Методика обучения тактики игры в защите.	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Доклад	2	Контрольная работа
Раздел 6. Соревнования по баскетболу и урок баскетбола в школе.	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Доклад	2	Тестирование
Раздел 7. Общая характеристика спортивной игры. Основы техники игры в волейбол и методика обучения.	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Реферат	2	Контрольные нормативы
Раздел 8. Основы тактики игры в волейбол и методика обучения.	28	16	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Доклад	2	Реферат
Раздел 9. Соревнования по волейболу и урок волейбола в школе.	29	17	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Доклад	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по модулю/семестру, часов,	239	131	-	90	-	18	-

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)

МОДУЛЬ 1. ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА (БАСКЕТБОЛ).

РАЗДЕЛ 1. Общая характеристика спортивной игры.

Тема 1.1. Характеристика и содержание дисциплины «Баскетбол».

Цель: познакомить студентов с основами, общей характеристикой и содержанием баскетбола.

Перечень изучаемых элементов содержания

Баскетбол в системе физического воспитания. Методические особенности спортивных игр. Методические рекомендации по обучению спортивным играм. Виды баскетбола, новые направления. Баскетбол как учебно-научная дисциплина.

Вопросы для самоподготовки:

1. Баскетбол в системе физического воспитания.
2. Методические особенности спортивных игр.
3. Виды баскетбола, новые направления.
4. Баскетбол как учебно-научная дисциплина.
5. Требования к специалисту по баскетболу.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1:

Форма практического задания: доклад.

Перечень тем доклада:

1. Баскетбол в системе физического воспитания.
2. Виды баскетбола, новые направления.
3. Баскетбол как учебно-научная дисциплина.
4. Классификация спортивных игр.
5. Средства и методы спортивных игр.
6. Методические особенности спортивных игр.
7. Методические рекомендации по обучению спортивным играм.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 1: контрольные нормативы.

Форма рубежного контроля – сдача контрольных нормативов.

1. Норматив: Условия выполнения: Испытуемый с мячом в руках стоит перед лицевой линией напротив 3х стоек, стоящих по прямой друг за другом. Расстояние от линии до первой стойки 3 метра и следующие стойки так же находятся последовательно в 3х метрах друг от друга. Нужно по сигналу на скорости провести мяч между стойками «змейкой» к третьей стойке, вокруг нее, так же и обратно, ведя мяч возле стойки «дальней» от нее рукой и соблюдая правила баскетбола. Учитывается время прохождения полосы в секундах.

Балы: «отлично» юноши – 7,1 сек. девушки – 7,7 сек.

«хорошо» – 8,0 сек. – 8,3 сек.

«удовлетворительно» - 9,3 сек. - 10,1 сек.

Норматив: Условия выполнения: Испытуемый с мячом в руках стоит в 2,5 метра от стены. По сигналу учителя он выполняет на скорости 10 передач мяча в стену. Касание или падение мяча на пол ошибкой не считается. Передачи следует выполнять наиболее экономичным способом – двумя руками от груди. Естественно, что имеющий навык передач делает упражнение быстрее.

Балы: «отлично» юноши – 12,0 сек. девушки – 13,5 сек.

«хорошо» – 14,0 сек. – 15,0 сек.

«удовлетворительно»

- 17,0 сек.

- 19,0 сек.

После выполнения контрольных нормативов результаты вносятся в таблицу. За рубежный контроль выставляется средняя оценка за все нормативы.

Контрольный норматив	Отлично >или = 85	Хорошо 75-84	Удовлетв. 65-74	Неудовл. < 65
1. Норматив				
2. Норматив				
3. Норматив				
4. Норматив				
5. Норматив				
6. Норматив				

РАЗДЕЛ 2. История возникновения и основные тенденции современного баскетбола.

Тема 2.1. История возникновения дисциплины «Баскетбол». Основные тенденции современного баскетбола.

Цель: познакомить студентов с историей возникновения баскетбола.

Перечень изучаемых элементов содержания

Исторические истоки возникновения баскетбола. Первые игры. Основатель современного баскетбола. Первые соревнования. Стритбол (история, содержание, развитие). Профессиональные лиги, Общероссийская и национальная федерация баскетбола.

Вопросы для самоподготовки:

1. Первые профессиональные лиги.
2. Общероссийская и национальная федерация баскетбола.
3. Участие женщин в программе Олимпийских игр и Чемпионатов Мира, Чемпионатов Европы.
4. Современная тенденция развития баскетбола в нашей стране. Пути модернизации и дальнейшего совершенствования.
5. Возникновение и развитие баскетбола в разных странах.
6. Баскетбол в программе Олимпийских игр. Развитие баскетбола в нашей стране.
7. Стритбол (история, содержание, развитие).

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2:

Форма практического задания: доклад.

Перечень тем доклада:

1. Баскетбол в программе Олимпийских игр.
2. Развитие баскетбола в нашей стране.

3. Участие женщин в программе Олимпийских игр, Чемпионатах Мира, Чемпионатах Европы.
4. Первые Чемпионы, первые соревнования. Результаты выступлений.
5. Развитие баскетбола в разных странах.
6. Стритбол - история, содержание, развитие игры.
7. Достижения команды РФ на Олимпийских играх.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 2: контрольные нормативы.

Форма рубежного контроля – сдача контрольных нормативов.

Норматив: Условия выполнения: Учащиеся бросают по 5 раз в кольцо с 3х метров. Стоять надо под углом 45 градусов по отношению к кольцу и забивать непременно с отскоком от щита. Считается количество попаданий.

Балы: «отлично» юноши – 4 р. девушки – 3 р.
«хорошо» – 3 р. – 2 р.
«удовлетворительно» - 2 р. - 1 р.

Норматив: Условия выполнения: Испытуемый от середины б/большой площадки слева или справа от кольца делает 5 попыток «атаки» кольца после ведения и двойного.

Балы: «отлично» юноши – 5 р. девушки – 4 р.
«хорошо» – 3 р. – 2 р.
«удовлетворительно» - 2 р. - 1 р.

После выполнения контрольных нормативов результаты вносятся в таблицу. За рубежный контроль выставляется средняя оценка за все нормативы.

Контрольный норматив	Отлично >или = 85	Хорошо 75-84	Удовлетв. 65-74	Неудовл. < 65
7. Норматив				
8. Норматив				
9. Норматив				
10. Норматив				
11. Норматив				
12. Норматив				

Раздел 3. Основные положения и классификация техники игры в нападении.

Цель: знакомство студентов с основными положениями и классификацией техники игры в нападении.

Перечень изучаемых элементов содержания

Характеристика баскетбольной терминологии. Основные понятия техники игры. Техника передвижений в нападении. Ловля мяча на месте и в движении. Передачи двумя и одной руками с места и в движении. Ведение мяча. Классификация ведения и бросков мяча их характеристика.

Вопросы для самоподготовки:

1. Характеристика баскетбольной терминологии. Техника передвижений в нападении. Ловля мяча на месте и в движении. Передачи двумя и одной руками с места и в движении. Ведение мяча. Классификация ведения и бросков мяча их характеристика.
2. Анализ техники стойки и перемещения баскетболистов в нападении.
3. Анализ техники ловли и передач мяча.
1. Анализ техники броскам мяча с места и в движении.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 3:

Форма практического задания: доклад.

1. Классификация техники нападения. Характеристика атакующих действий.
2. Виды стоек и перемещений баскетболиста.
3. Техника стоек и перемещений в нападении - этапы и схема обучения.
4. Техника ловли и передачи мяча двумя руками от груди – этапы и схема обучения.
5. Техника ловли и передачи мяча одной и двумя руками снизу - этапы и схема обучения.
6. Техника ловли и передачи мяча одной рукой от плеча - этапы и схема обучения.
7. Техника ведения мяча - этапы и схема обучения.
8. Техника броска мяча двумя руками от груди - этапы и схема обучения.
9. Техника стоек и перемещений в нападении - этапы и схема обучения.
10. Техника выбивания и вырывания мяча - Техника стоек и перемещений в нападении - этапы и схема обучения.
11. Техника броска одной рукой от плеча - Техника стоек и перемещений в нападении - этапы и схема обучения.
12. Техника броска одной рукой сверху в движении - Техника стоек и перемещений в нападении - этапы и схема обучения.
13. Последовательность обучению технического приема. Основные ошибки в обучении и пути их исправления.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 3: контрольные нормативы.

Форма рубежного контроля – сдача контрольных нормативов.

Норматив. Условия выполнения: С расстояния 1,5 метра от стены необходимо одной рукой бросать и одной же ловить мяч от стенки в течении 10 секунд. Засчитывается количество сделанных передач в течении всего времени.

Балы: «отлично» юноши – 12 р. девушки – 10 р.

«хорошо» – 9 р. – 8 р.

«удовлетворительно» - 7 р. - 6 р.

Норматив. Условия выполнения: Штрафной бросок 5 бросков.

Балы: «отлично» юноши – 5 р. девушки – 4 р.

«хорошо» – 4 р. – 3 р.

«удовлетворительно» - 3 р. - 2 р.

После выполнения контрольных нормативов результаты вносятся в таблицу. За рубежный контроль выставляется средняя оценка за все нормативы.

Контрольный норматив	Отлично >или = 85	Хорошо 75-84	Удовлетв. 65-74	Неудовл. < 65
13. Норматив				
14. Норматив				
15. Норматив				
16. Норматив				
17. Норматив				
18. Норматив				

Раздел 4. Основы техники игры в баскетбол и методикой обучения.

Цель: знакомство студентов с методикой обучения техники игры в нападении.

Перечень изучаемых элементов содержания

Характеристика методики обучения в баскетболе. Основные понятия методики обучения в технике игры. Методика обучения техники передвижений в нападении. Методика обучения ловли мяча на месте и в движении. Методика обучения передач мяча двумя и одной руками с места и в движении. Методика обучения ведения мяча на месте в движении. Ведение мяча, броски мяча и методика их обучения.

Учебная практика: броски мяча в корзину двумя и одной руками с места и в движении; финты и сочетание приемов; техника овладения мячом.

Вопросы для самоподготовки:

1. Ведение мяча и бросков мяча в корзину, методика их обучения.
2. Анализ методики обучения стойкам и перемещениям баскетболистов в нападении.
3. Анализ методики обучения ловле и передач мяча.
6. Анализ методики обучения броскам мяча с места и в движении.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 4:

Форма практического задания: доклад.

1. Классификация методов обучения техники нападения в баскетболе. Методы обучения атакующим действиям.
2. Методы обучения стойкам и перемещений баскетболиста.
3. Схема обучения техники стоек и перемещений в нападении.
4. Схема обучения техники ловли и передачи мяча двумя руками от груди.
5. Схема обучения техники ловли и передачи мяча одной и двумя руками снизу.
6. Схема обучения техники ловли и передачи мяча одной рукой от плеча.
7. Схема обучения техники ведения мяча.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 4: контрольная работа.

Перечень тем контрольной работы:

1. Схема обучения техники броска мяча двумя руками от груди.

2. Схема обучения техники стоек и перемещений в нападении.
3. Схема обучения техники выбивания и вырывания мяча - Техника стоек и перемещений в нападении - этапы и схема обучения.
4. Схема обучения техники броска одной рукой от плеча
5. Схема обучения техники броска одной рукой сверху в движении.
6. Последовательность обучения техническим приемам по возрастам. Основные ошибки в обучении и пути их исправления.

Раздел 5. Основные положения и классификация тактики игры в защите. Методика обучения тактики игры в защите.

Цель: знакомство студентов с основными положениями и классификацией тактикой игры в защите.

Перечень изучаемых элементов содержания

Характеристика техники защиты в баскетбольной терминологии. Основные понятия техники игры в защите. Техника передвижений в защите. Отбор мяча на месте и в движении. Перехват мяча двумя и одной руками с места и в движении. Учебная практика: перехват мяча двумя и одной руками с места и в движении;

Вопросы для самоподготовки:

1. Характеристика баскетбольной терминологии в технике защиты. Техника передвижений в защите. Перехват мяча на месте и в движении. Отбор мяча на месте и в движении, методика обучения защитным действиям.

2. Анализ техники и методика обучения стойкам и перемещениям баскетболистов в защите.

3. Анализ техники и методика обучения отбора мяча.

2. Анализ техники и методика обучения перехвата мяча на месте и в движении.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

Тема 5.1 Определение основных понятий тактики. Классификация тактики игры. Основные тенденции развития тактики игры в нападении и методика обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в нападении.

Цель: изучить стратегию и тактику баскетбола.

Перечень изучаемых элементов содержания

Индивидуальные и групповые тактические действия в нападении. Командные тактические действия в нападении. Классификация тактики игры в нападении.

Вопросы для самоподготовки:

1. Обучение индивидуальным действиям в нападении.

2. Обучение групповым и командным взаимодействиям в нападении.

3. Тактические комбинации в нападении.

4. Командные действия в нападении.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

Тема 5.2 Основные тенденции развития тактики игры в защите. Методика обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в защите

Цель: изучить стратегию и тактику баскетбола.

Перечень изучаемых элементов содержания

Индивидуальные и групповые тактические действия в защите. Командные тактические действия в защите. Классификация тактики игры в защите.

Вопросы для самоподготовки:

1. Обучение индивидуальным действиям в защите.
2. Обучение групповым и командным взаимодействиям в защите.
3. Командные действия в защите.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 5.

Примерный перечень тем доклада к разделу 5:

1. Определение основных понятий тактики. Классификация тактики игры в нападении.
2. Анализ индивидуальных тактических действий в нападении. Методика обучения.
3. Анализ групповых тактических действий в нападении. Тактические свойства передач.

Методика обучения.

4. Тактические комбинации. Характеристика.
5. Системы игры в нападении. Характеристика.
6. Что такое игровые комбинации. Характеристика.
7. Тактические приемы с применением заслона.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 5:

Форма рубежного контроля – контрольная работа

Вариант 1.

1. Основные варианты тактики игры в баскетболе.
2. Командные действия в нападении. Характеристика.
3. Индивидуальные действия в защите. Характеристика.

Вариант 2.

1. Схемы нападения.
2. Индивидуальные действия в нападении. Характеристика.
3. Командные действия в защите. Характеристика.

Вариант 3.

1. Групповые действия в нападении. Характеристика.
2. Схемы вбрасывания мяча. Характеристика.
3. Тактические комбинации. Характеристика.

Вариант 4.

1. Тактические приемы с применением заслона.
2. Что такое игровые комбинации. Характеристика.
3. Групповые действия в защите. Характеристика.

РАЗДЕЛ 6. Соревнования по баскетболу и урок баскетбола в школе.

Тема 6.1. Правила игры в баскетбол и методика судейства.

Цель: изучить действующие правила игры, ознакомится с эволюцией правил и перспективами их развития. Упрощенные правила игры. Знать терминологию и жестикуляцию судейства.

Перечень изучаемых элементов содержания

Назначение судейской бригады. Обязанности членов судейской бригады, ведение документации соревнований. Судейство соревнований по баскетболу.

Вопросы для самоподготовки:

1. Судейская этика.
2. Жесты судьи.
3. Нормативные документы судейской бригады.
4. Влияние правил игры на ее развитие.
5. Значение квалифицированного судейства.
6. Обязанности судей.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

Тема 6.2. Основы проведение урока по баскетболу

Цель: овладеть методикой проведения уроков по баскетболу.

Перечень изучаемых элементов содержания

Проведение урока по баскетболу для учащихся 5-11 классов.

Вопросы для самоподготовки:

1. Травматизм на занятиях, техника безопасности.
2. Задачи урока.
3. Оформление конспекта урока.
4. Подготовительная, основная и заключительная часть.
5. Плотность урока.
6. Особенности организации и проведения уроков по баскетболу в средних и старших классах.

7. Разработка и запись упражнений. Составление конспектов занятий

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 6

Примерный перечень тем доклада к разделу 6:

1. Назначение судейской бригады. Обязанности судей.
 2. Документация для проведения соревнований. Судейская этика.
- Вопросы для самоподготовки:
3. Влияние правил игры на ее развитие.
 4. Значение квалифицированного судейства.
 5. Травматизм на занятиях, техника безопасности.
 6. Задачи урока.
 7. Оформление конспекта урока.
 8. Подготовительная, основная и заключительная часть.

9. Плотность урока.

10. Особенности организации и проведения уроков по баскетболу в средних и старших классах.

11. Разработка и запись упражнений. Составление конспектов занятий

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 6:

Форма рубежного контроля – тестирование.

МОДУЛЬ 2. ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА (ВОЛЕЙБОЛ)

РАЗДЕЛ 7. Общая характеристика спортивной игры. Основы техники игры в волейбол и методика обучения.

Тема 7.1 Характеристика и содержание дисциплины «Волейбол». История возникновения и основные тенденции современного волейбола.

Цель: *познакомить студентов с основами, общей характеристикой и содержанием игровых видов спорта.*

Перечень изучаемых элементов содержания

Волейбол в системе физического воспитания. Методические особенности спортивных игр. Виды волейбола, новые направления. Волейбол как учебно-научная дисциплина. Возникновение и развитие волейбола в разных странах.

Волейбол в программе Олимпийских игр. Развитие волейбола в нашей стране. Пляжный волейбол (история, содержание, развитие).

Вопросы для самоподготовки:

1. Волейбол в системе физического воспитания. Методические особенности спортивных игр. Виды волейбола, новые направления. Волейбол как учебно-научная дисциплина. Требования к специалисту по волейболу. Возникновение и развитие волейбола в разных странах.
2. Волейбол в программе Олимпийских игр.
3. Развитие волейбола в нашей стране. Пляжный волейбол (история, содержание, развитие).

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

Тема 7.2 Основные положения и классификация техники волейбола. Методика обучения технике игры в нападении.

Цель: *знакомство студентов с основными положениями и классификацией техники игры в нападении.*

Перечень изучаемых элементов содержания

Характеристика волейбольной терминологии. Основные понятия техники игры. Методика обучения техническим приемам в волейболе. Техника выполнения и методика обучения стойкам и перемещениям. Техника выполнения и методика обучения передачам мяча сверху и снизу. Техника выполнения и методика обучения подачам мяча. Техника выполнения и методика обучения нападающему удару.

Вопросы для самоподготовки:

1. Характеристика волейбольной терминологии. Классификация техники нападения в волейболе.
2. Анализ техники и методика обучения стойкам и перемещениям волейболистов в нападении.
3. Анализ техники и методика обучения передачи мяча сверху.
4. Анализ техники и методика обучения передачи мяча снизу.
5. Анализ техники и методика обучения подачи.
7. Анализ техники и методика обучения нападающему удару.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

Тема 7.3 Методика обучения технике игры в защите.

Цель: *знакомство студентов с основными положениями и классификацией техники игры в защите.*

Перечень изучаемых элементов содержания

Основные понятия техники игры. Методика обучения техническим приемам в волейболе. Техника выполнения и методика обучения стойкам и перемещениям. Техника выполнения и методика обучения приему мяча сверху и снизу. Техника выполнения и методика обучения приема мяча в падении. Техника выполнения и методика обучения блокированию.

Вопросы для самоподготовки:

1. Классификация техники защиты в волейболе.
2. Анализ техники и методика обучения стойкам и перемещениям волейболистов в защите.
3. Анализ техники и методика обучения приему мяча сверху.
4. Анализ техники и методика обучения приему мяча снизу.
5. Анализ техники и методика приему мяча в падении.
8. Анализ техники и методика обучения блокированию.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 7:

Перечень тем рефератов к разделу 7:

1. Волейбол в системе физического воспитания.
2. Методические особенности спортивных игр. Виды волейбола, новые направления.
3. Волейбол как учебно-научная дисциплина. Требования к специалисту по волейболу.
4. Возникновение и развитие волейбола в разных странах. Развитие волейбола в нашей стране.
5. Волейбол в программе Олимпийских игр. Пляжный волейбол (история, содержание, развитие).
6. Характеристика волейбольной терминологии. Классификация техники нападения в волейболе.
7. Анализ техники и методика обучения стойкам и перемещениям волейболистов в нападении.
8. Анализ техники и методика обучения передачи мяча сверху.
9. Анализ техники и методика обучения передачи мяча снизу.
10. Анализ техники и методика обучения подачи.
11. Анализ техники и методика обучения нападающему удару.
12. Классификация техники защиты в волейболе.

13. Анализ техники и методика обучения стойкам и перемещениям волейболистов в защите.
14. Анализ техники и методика обучения приему мяча сверху.
15. Анализ техники и методика обучения приему мяча снизу.
16. Анализ техники и методика приему мяча в падении.
17. Анализ техники и методика обучения блокированию.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 7:

Форма рубежного контроля – контрольные нормативы.

1. Норматив. Условия выполнения: выполняется подача на точность любым способом:
 - 4 подачи в 1 зону, 4 подачи в 5 зону и 2 подачи в переднюю линию;
 - 9-10 попаданий – отлично, 7-8 попаданий – хорошо, 4-6 попаданий – удовлетворительно, < 4 попаданий неудовлетворительно.
2. Норматив. Условия выполнения: выполняется верхняя передача над собой не выходя из круга диаметром 3 метра, высота передачи минимум 2 метра:
 - 9-10 передач – отлично, 7-8 – хорошо, 5-6 удовлетворительно.
3. Норматив. Условия выполнения: выполняется верхняя передач мяча на расстоянии 2 метра от стены:
 - 25-30 передач – отлично, 18-24 передачи – хорошо, 12-17 передач – удовлетворительно.
4. Норматив. Условия выполнения: Нижняя передача мяча в парах выполняется на расстоянии 3 - 4метра:
 - 25-30 передач – отлично, 18-24 передачи – хорошо, 12-17 передач – удовлетворительно.
5. Норматив. Условия выполнения. Нижняя передача мяча над собой над собой не выходя из круга диаметром 3 метра, высота передачи минимум 2 метра:
 - 9-10 передач – отлично, 7-8 – хорошо, 5-6 удовлетворительно.
6. Норматив. Условия выполнения. Выполняется нижняя передач мяча на расстоянии 2 метра от стены:
 - 25-30 передач – отлично, 18-24 передачи – хорошо, 12-17 передач – удовлетворительно.

После выполнения контрольных нормативов результаты вносятся в таблицу. За рубежный контроль выставляется средняя оценка за все нормативы.

Контрольный норматив	Отлично >или = 85	Хорошо 75-84	Удовлетв. 65-74	Неудовл. < 65
1. Норматив				
2. Норматив				
3. Норматив				
4. Норматив				
5. Норматив				
6. Норматив				

РАЗДЕЛ 8. Основы тактики игры в волейбол и методика обучения.

Тема 8.1 Определение основных понятий тактики. Классификация тактики игры. Основные тенденции развития тактики игры в нападении и методика обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в нападении.

Цель: *изучить стратегию и тактику волейбола.*

Перечень изучаемых элементов содержания

Индивидуальные и групповые тактические действия в нападении. Командные тактические действия в нападении. Классификация тактики игры в нападении.

Вопросы для самоподготовки:

1. Обучение индивидуальным действиям в нападении.
2. Обучение групповым и командным взаимодействиям в нападении.
3. Тактические комбинации в нападении.
4. Командные действия в нападении.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

Тема 8.2 Основные тенденции развития тактики игры в защите. Методика обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в защите.

Цель: *изучить стратегию и тактику волейбола.*

Перечень изучаемых элементов содержания

Индивидуальные и групповые тактические действия в защите. Командные тактические действия в защите. Классификация тактики игры в защите.

Вопросы для самоподготовки:

1. Обучение индивидуальным действиям в защите.
2. Обучение групповым и командным взаимодействиям в защите.
3. Системы игры в защите.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 8.

Примерный перечень тем доклада к разделу 5:

1. Методика обучение индивидуальным действиям в нападении.
2. Методика обучение групповым и командным взаимодействиям в нападении.
3. Тактические комбинации в нападении. Методика обучения.
4. Командные действия в нападении. Методика обучения.
5. Тактика игры в нападении. Классификация.
6. Методика обучение индивидуальным действиям в защите.
7. Методика обучение групповым и командным взаимодействиям в защите.
8. Системы игры в защите. Характеристика.
9. Индивидуальные тактические действия при подаче. Методика обучения.
10. Индивидуальные тактические действия при выполнении нападающих ударов. Методика обучения.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 8:

Форма рубежного контроля – реферат.

1. Классификации тактики игры в волейболе
2. Анализ индивидуальных тактических действий в защите. Методика обучения.
3. Анализ индивидуальных тактических действий в нападении. Методика обучения.
4. Тактика подачи. Характеристика и методика обучения.
5. Анализ групповых тактических действий в защите. Методика обучения.
6. Анализ групповых тактических действий в нападении. Методика обучения.
7. Система игры в нападении со второй передачи через игрока передней линии. Анализ, методика обучения.
8. Система игры в нападении со второй передачи через игрока задней линии. Анализ, методика обучения.
9. Система игры в защите “углом вперед”. Анализ, методика обучения.
10. Система игры в защите “углом назад”. Анализ, методика обучения.

РАЗДЕЛ 9. Соревнования по волейболу и урок волейбола в школе.

Тема 9.1 Правила игры в волейбол и методика судейства.

Цель: *изучить действующие правила игры, ознакомится с эволюцией правил и перспективами их развития. Упрощенные правила игры. Знать терминологию и жестикуляцию судейства.*

Перечень изучаемых элементов содержания

Назначение судейской бригады. Обязанности членов судейской бригады, ведение документации соревнований. Судейство соревнований по волейболу.

Вопросы для самоподготовки:

1. Судейская этика.
2. Жесты судьи.
3. Нормативные документы судейской бригады.
4. Влияние правил игры на ее развитие.
5. Значение квалифицированного судейства.
6. Обязанности судей

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

Тема 9.2. Основы проведение урока по волейболу

Цель: *овладеть методикой проведения уроков по волейболу.*

Перечень изучаемых элементов содержания

Проведение урока по волейболу для учащихся 5-11 классов.

Вопросы для самоподготовки:

1. Травматизм на занятиях, техника безопасности.
2. Задачи урока.
3. Оформление конспекта урока.
4. Подготовительная, основная и заключительная часть.
5. Плотность урока.
6. Особенности организации и проведения уроков по волейболу в средних и старших классах.

7. Разработка и запись упражнений. Составление конспектов занятий

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос по темам для самостоятельной работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 9.

Примерный перечень тем доклада к разделу 9:

1. Игровая площадка для игры в волейбол (размеры, линии разметки, зоны),
2. Сетка и стойки
3. Требования к мячу (материал, размеры, вес)
4. Расстановка команды (позиции), правила перехода
5. Подача. Определение и ошибки при подаче.
6. Атакующий удар. Определение и ошибки при атакующем ударе.
7. Блокирование. Определение и ошибки при блокировании.
8. Либеро. Действия и правила для него.
9. Выигрыш очка.
10. Выигрыш партии.
11. Выигрыш встречи.
12. Отличия решающей партии
13. Состояния игры (мяч в игре, мяч вне игры, мяч «в площадке», мяч «за»).
14. Игра с мячом (удары команды, характеристики удара, ошибки).
15. Мяч у сетки. Игрок у сетки.
16. Замены игроков и перерывы.
17. Местонахождение и обязанности судей.
18. Травматизм на занятиях, техника безопасности.
19. Задачи урока.
20. Оформление конспекта урока.
21. Подготовительная, основная и заключительная часть.
22. Плотность урока.
23. Особенности организации и проведения уроков по баскетболу в средних и старших классах.
24. Разработка и запись упражнений. Составление конспектов занятий

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 9: форма рубежного контроля – компьютерное тестирование

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является **дифференцированный зачет, экзамен** который проводится в **устной/письменной** форме.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
		УК - 7.1.Знает: - значение физической культуры как	Этап формирования знаний

УК-7.	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p>фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря.</p>	
		<p>УК - 7.2. Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными</p>	Этап формирования умений

		приборами и обнаруживать их неисправности.	
		УК - 7.3. Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.	Этап формирования навыков и получения опыта
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. Знает: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения. - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - химический состав организма человека; - возрастные особенности обмена веществ	Этап формирования знаний

		<p>при организации занятий физической культурой и спортом; – особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте;</p> <p>- физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте;</p> <p>- физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;</p> <p>- специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях</p>	
--	--	--	--

		<p>общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту;</p> <p>- терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;</p> <p>- терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p>	
		<p>ОПК -1.2. Умеет: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным</p>	
--	--	--	--

		<p>играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий</p>	
--	--	--	--

		<p>по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>	
		<p>ОПК - 1.3. Имеет опыт: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетки, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации. 	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>
ОПК – 5.	<p>Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества,</p>	<p>ОПК - 5.1. Знает: - закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные</p>	<p>Этап формирования знаний</p>

	<p>проводить профилактику негативного социального поведения</p>	<p>периоды; - основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся; -сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе; - характеристику коллектива и основы его формирования в спорте; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; - организацию воспитательного процесса в образовательных организациях; - технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.</p>	
--	---	---	--

		<p>ОПК-5.2. Умеет: - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга.</p>	<p>Этап формирования умений</p>
		<p>ОПК-5.3 Владеет опытом: - подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ; - составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом; - организации участия обучающихся в мероприятиях</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях.	
ОПК – 7.	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	<p>ОПК-7.1 Знает: - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержания; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде;</p> <p>- нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.) - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний</p>	Этап формирования знаний

		<p>различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;</p> <p>- правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом;</p> <p>- приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке. - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп;</p> <p>- специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях</p>	
--	--	---	--

		<p>ИВС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС.</p>	
		<p>ОПК-7.2. Умеет: - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; -проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; -</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p>	
		<p>ОПК-7.3. Имеет опыт - измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом - составление плана профилактических мероприятий по возникновению</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.</p>	
ОПК 8.	Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	<p>ОПК-8.1. Знает: - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению</p>	Этап формирования знаний

		допинга; - планы антидопинговых мероприятий.	
		ОПК-8.2. Умеет: - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.	Этап формирования умений
		ОПК-8.3 Имеет опыт - выбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия; - проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; -	Этап формирования навыков и получения опыта

		<p>изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; - внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; - выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ;</p> <p>- анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; - разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций; - осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов.</p>	
ОПК – 10.	<p>Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта</p>	<p>ОПК-10.1. Знает: - основы менеджмента, управления персоналом; - основы эффективных коммуникаций; - методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетними обучающимися, коллегами по работе; - методы консультирования, проведения мастер-классов, круглых столов; - нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи; - методы оценки</p>	<p>Этап формирования знаний</p>

		<p>качества и результативности работы подчиненных; - типичные психологические трудности занимающихся физической культурой и спортом; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией; - основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе; - методики подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p>	
		<p>ОПК-10.2. Умеет: - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения; - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами; - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; - предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний,</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; - вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся; - определять цели и задачи деятельности спортивного актива; - контролировать и направлять работу спортивного актива; - определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта; - оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p>	
		<p>ОПК-10.3. Имеет опыт - определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; - составления плана физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - распределения задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды); - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; - применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися физической культурой и спортом; - анализа</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.</p>	
ПК-1.	<p>Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки</p>	<p>ПК-1.1. Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями); методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние, санитарно-гигиенические требования к организациям дополнительного образования, дошкольным, общеобразовательным, профессиональным образовательным организациям, организациям высшего и дополнительного профессионального образования, осуществляющим образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки, подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной</p>	<p>Этап формирования знаний</p>

		<p>специализации), медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на тренировочном этапе, методика преподавания, основы биомеханики, физиологии и гигиены спорта, режимы тренировочной работы, предельные тренировочные нагрузки, объем индивидуальной спортивной подготовки, методики контроля и оценки физической подготовленности обучающихся, методы планирования тренировочного процесса, современные методы тренировочной работы, порядок составления и ведения учетно-отчетной документации, нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией, основы работы с персональным компьютером, с электронной почтой, текстовыми редакторами, электронными таблицами и браузерами, правила внутреннего трудового распорядка, этические нормы в области спорта, правила охраны труда и пожарной безопасности.</p> <p>ПК-1.2. Умения: использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности обучающихся, вести первичную учетно-отчетную документацию по реализации программ спортивной подготовки в электронном и бумажном виде, выявлять проблемы в организации спортивной работы, предложить мероприятия по совершенствованию подготовки, использовать методы календарного планирования, использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности.</p>	<p>Этап формирования умений</p>
--	--	---	---------------------------------

		<p>ПК - 1.3. Владеть опытом: Календарно-тематическим планированием и составлением расписания занятий по реализации программ на этапах спортивной подготовки в соответствии с локальными актами, целями и задачами физкультурно-спортивной организации, Организацией прохождения обучающимися контрольных процедур с целью с целью выполнения ими контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, установленных образовательными программами, разработка комплексной программы подготовки спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям по соответствующему направлению в работе, разработкой комплексных и индивидуальных планов подготовки спортсменов (команды) согласно утвержденным планам проведения спортивных мероприятий, систематическим учетом, анализом, обобщением результатов работы, в том числе с использованием электронных форм, оценка эффективности подготовки обучающихся с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности, внедрением современных методик подготовки обучающихся по программам этапа спортивной подготовки, внесении коррективы в дальнейшую подготовку обучающихся.</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>
ПК-6.	Способен использовать образовательном процессе педагогически в	ПК-6 Знать: - Анатомия человека, Гигиенические основы физической деятельности, Физиология человека с основами биохимии, Основы медицинских знаний,	Этап формирования знаний

	<p>обоснованные формы, методы, средства, приемы организации деятельности обучающихся</p>	<p>диетология, Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий, Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки, физкультурно-оздоровительные технологии, Педагогические средства управления величиной и направленностью тренировочной нагрузки, Порядок составления отчетной документации по консультированию тренеров, занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки, спортивный мониторинг.</p>	
		<p>ПК – 6.2. Уметь: Анализировать динамику физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, выявлять проблемы в цикле тренировки, Обосновывать рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося для сохранения функционального состояния и спортивной формы, Использовать средства спортивной физиологии для анализа и разработки отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, программ спортивной подготовки, планов спортивной подготовки, Проводить консультирование тренеров по прикладным вопросам физиологии спорта в практике тренировочного и соревновательного процесса, Прогнозировать воздействие отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации при проведении выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров.</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>ПК- 6.3. Владеть: Ознакомлением педагога-тренера (группы тренеров), занимающихся с результатами контрольных мероприятий по оценке физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, а также с собственными выводами и рекомендациями, сделанными по результатам контрольных мероприятий, консультированием педагогов-тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам совершенствования общей физической и специальной подготовки занимающегося, содержанию самостоятельных тренировок, по вопросам спортивного и оздоровительного питания (диеты), Выполнением по запросу занимающегося, педагога (группы тренеров) физиологических обоснований отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, прогнозированием воздействия данных мероприятий на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Разработкой планов и программ спортивной подготовки занимающихся в части, касающейся организации общей физической подготовки, специальной подготовки, Проведением публичных выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров по основам спортивной физиологии, организации</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		общей физической подготовки, специальной подготовки	
--	--	--	--

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
<p>УК-7; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ПК-1; ПК-6</p>	<p>Этап формирования знаний.</p>	<p>Теоретический блок вопросов.</p> <p>Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал</p>	<p>1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок: (9-10] баллов;</p> <p>2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения: [8-9) баллов;</p> <p>3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала: (6-8) баллов;</p> <p>4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки: [0-6] баллов.</p>

<p>УК-7; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ПК-1; ПК-6</p>	<p>Этап формирования умений</p>	<p>Аналитическое задание (<i>контрольные работы, компьютерное тестирование, рефераты, контрольные нормативы.</i>)</p> <p>Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10) баллов;</p> <p>2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов;</p> <p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов;</p> <p>4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6) баллов.</p>
<p>УК-7; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ПК-1; ПК-6</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта.</p>	<p>Аналитическое задание (<i>контрольные работы, компьютерное тестирование, рефераты, контрольные нормативы.</i>)</p> <p>Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10) баллов;</p> <p>2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов;</p> <p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов;</p> <p>4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6) баллов.</p>

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

МОДУЛЬ 1. ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА.

Теоретический блок вопросов к дифференцированному зачету:

1. Задачи физического воспитания, решаемые на уроках баскетбола.
2. Формы организации занятий баскетболом в школе.
3. Командные тактические действия в баскетболе.

4. Общая структура обучения техническим приемам игры.
5. Средства и методы обучения в баскетболе.
6. История возникновения и развития баскетбола.
7. Общая характеристика игры баскетбол.
8. Правила игры в баскетбол.
9. Методика организации и проведения соревнований по баскетболу.
10. Виды соревнований; способы розыгрыша соревнований, система определения победителя.
11. Положение о соревновании.
12. Оборудование и инвентарь при проведении соревнований по баскетболу.
13. Оборудование и инвентарь при организации учебного процесса (урок баскетбола)
14. Систематика, терминология техники игры баскетбол.
15. Классификация техники игры баскетбол.
16. Классификация тактики игры баскетбол.
17. Систематика, терминология тактики игры баскетбол.
18. План-конспект урока. Методика составления, основные разделы.
19. Современные правила баскетбола. Изменения и нововведения в правилах.
20. Состав и обязанности секретариата на баскетбольном матче. Методика заполнения технического протокола матча.
21. Баскетбол в системе физического воспитания населения России.
22. Требования к специалисту по баскетболу.
23. Возникновение и развитие баскетбола в разных странах.
24. Баскетбол в программе Олимпийских игр.
25. Развитие баскетбола в нашей стране.
26. Стритбол (история, содержание, развитие).
27. Общая характеристика методики обучения в баскетболе.
28. Методика изучения приема в баскетболе (ознакомление, изучение, совершенствования, закрепление).
29. Виды соревнований и способы их проведения. Жеребьевка команд.
30. Дидактические принципы обучения в баскетболе (научности, систематичности и последовательности, сознательности и активности).
31. Состав судейской бригады. Официальные процедуры. Жесты судей.

МОДУЛЬ 2.

Теоретический блок вопросов к экзамену:

1. Волейбол в системе физического воспитания населения России.
2. Требования к специалисту по волейболу.
3. Возникновение и развитие волейбола в разных странах.
4. Волейбол в программе Олимпийских и.
5. Развитие волейбола в нашей стране.
6. пляжный волейбол (история, содержание, развитие).
7. Методика обучения техническим приемам в волейболе.
8. Техника выполнения и методика обучения стойкам и перемещениям.
9. Техника выполнения и методика обучения передачам мяча сверху двумя руками).
10. Техника выполнения и методика обучения передачам мяча нижней прямой подаче.
11. Техника выполнения и методика обучения верхней прямой подаче.
12. Техника выполнения и методика обучения прямому нападающему удару.
13. Изменение правил игры в волейбол.
14. Способы записи игровой деятельности волейболистов.
15. Характеристика техники нападения.
16. Основные понятия (тактическая подготовка, стратегия, тактика, индивидуальные, групповые и командные тактические действия).

17. Тактика игры волейболистов в нападении.
18. Анализ индивидуальных тактических действий в нападении.
19. Анализ групповых тактических действий в нападении.
20. Индивидуальные тактические действия 2 передаче.
21. Индивидуальные тактические действия при подаче.
22. Индивидуальные тактические действия при выполнении нападающих ударов.
23. Тактика группового блока.
24. Тактические комбинации в нападении.
25. Командные действия в нападении
26. Системы игры в нападении.
27. Методика начального обучения тактике нападения.
28. Состав судейской бригады. Официальные процедуры. Жесты судей.
29. Права и обязанности первого судьи.
30. Права и обязанности второго судьи.
31. Секретарь. Линейные судьи.

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата/магистратуры/специалитета в Российском государственном социальном университете и Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для зачета с оценкой, экзамену.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

1. Димова, А. Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: учебник для вузов / А. Л. Димова. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 428 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14068-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496660>
2. Покровский, Е. А. Детские игры / Е. А. Покровский. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 420 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-11990-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496160>

3. Физическая культура и спорт: учебное пособие: [16+] / Т. В. Колтошова, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова [и др.] ; Омский государственный технический университет. – Омск: Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2020. – 169 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=682103> . – ISBN 978-5-8149-3001-9. – Текст: электронный.

5.1.2. Дополнительная литература

1. Григорьев, О. А. Организация физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере: учебное пособие для вузов / О. А. Григорьев, Е. А. Стеблецов. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 261 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12478-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496193>

2. Спортивные игры: правила, тактика, техника: учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 322 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11314-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/495012>

3. Теория и методика избранного вида спорта: учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492815>

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Игровые виды спорта» предполагает изучение материалов дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта, модуля) на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы.

Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров и практических занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программой дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач;
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной учебной программой тематики.

Обработка, обобщение полученных результатов практического занятия проводится обучающимися самостоятельно или под руководством преподавателя (в зависимости от степени сложности поставленных задач). В результате оформляется индивидуальный отчет. Подготовленная к сдаче на контроль и оценку работа сдается преподавателю. Форма отчетности

может быть письменная, устная или две одновременно. Главным результатом в данном случае служит получение положительной оценки по каждому практическому занятию. Это является необходимым условием при проведении рубежного контроля и допуска к экзамену. При получении неудовлетворительных результатов обучающийся имеет право в дополнительное время передать преподавателю работу до проведения промежуточной аттестации.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Более подробная информация о самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы по дисциплине (Теория и методика базовых видов спорта модулю)», «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (Теория и методика базовых видов спорта)»).

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7
2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic
3. Справочная система Консультант+
4. Okular или Acrobat Reader DC
5. Ark или 7-zip
6. SKY DNS
7. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по	https://urait.ru/

		различным дисциплинам.	
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) *Игровые виды спорта* в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура* используются:

Учебная аудитория для занятий лекционного типа оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), видеофильмами (Серия из 20 фильмов «Баскетбол – основы обучения техники и тактики игры», «Проведение соревнований по баскетболу», «Правила игры в волейбол», «Техника игры в нападении и защите», «Знаменитые спортсмены XXI века по игровым видам спорта»).

Учебная аудитория для занятий семинарского типа: оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

Реализация учебной дисциплины в форме практических занятий требует наличия игровых спортивных залов, стадиона, зала силовой подготовки, раздевалок, душевых.

Оборудование спортивных залов: *мячи, волейбольные сетки, баскетбольные щиты, гимнастические палки, скакалки, скамейки.*

Оборудование стадиона: *футбольные ворота, волейбольная площадка с сеткой.*

Оборудование залов силовой подготовки: *тренажеры на свободных весах, блочные тренажеры, кардиотренажеры, грифы, диски, гантели, штанги, гимнастические палки, скакалки, скамейки.*

Оборудование раздевалок: *скамейки, шкафчики для одежды.*

Спортивные объекты:

Наименование объекта	Адрес	Площадь объекта	Количество занимающихся
Плоскостное сооружение	Лосиноостровская, дом 24	300 м ²	80-100 (одновременно)
Спортивный зал	Лосиноостровская, дом 24	240 м ²	45-60
Спортивный зал	Лосиноостровская, дом 30а	273,6 м ²	55-70
Тренажерный зал	Лосиноостровская, дом 30а	48,3 м ²	15-25
Плавательный бассейн	В.Пика дом 4 стр. 1	100 м ²	40 (одновременно)

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть Интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

5.6 Образовательные технологии

При реализации дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Игровые виды спорта» применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Игровые виды спорта» предусматривает использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий в форме разбора конкретных ситуаций в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития **профессиональных** навыков обучающихся.

При освоении дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Игровые виды спорта» предусмотрено применением электронного обучения.

Учебные часы дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Игровые виды спорта» («) предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Игровые виды спорта» предусмотрены встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых связана с *направленностью* реализуемой основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата/магистратуры/специалитета.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1	Утверждена и введена в действие решением Ученого Совета факультета физической культуры на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. №940 и приказом Министерства науки и высшего образования от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные образовательные стандарты высшего образования»	Протокол заседания Ученого совета факультета № 10 от «01» июня 2022 года	01.09.2022



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«03» июня 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Анатомия человека (МОДУЛЯ)

Направление подготовки
«Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Анатомия человека (модуля)» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата 49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

- 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;
- 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;
- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»;
- 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»;
- 05.012 Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»

Рабочая программа учебной дисциплины разработана рабочей группой в составе: канд. биол. наук, доцента Карташев В.П.

Руководитель основной профессиональной образовательной программы, к.п.н., доцент

Петрова М. А.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Блок 1 модуля) обсуждена и утверждена на Ученом совете факультета физической культуры. Протокол № 10 от «01» июня 2022 года
(наименование факультета)

Декан факультета физической культуры, доктор педагогических наук, доцент

Махов Александр Сергеевич

(подпись)

Рабочая программа учебной дисциплины рекомендована к утверждению представителями организаций-работодателей при совместной разработке:

Генеральный директор Национального центра развития технологий социальной поддержки и реабилитации «Доверие», кандидат медицинских наук, доцент

А.Н. Комаров

(подпись)

Рабочая программа учебной дисциплины рецензирована и рекомендована к утверждению:

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и адаптивной физической культуры Шуйского филиала ИвГУ

Е.А. Осокина

(подпись)

Кандидат педагогических наук, доцент факультета физической культуры РГСУ

И.Н. Бакай

(подпись)

Согласовано
Научная библиотека, директор

И.Г. Маляр

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы <i>бакалавриата</i>	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	4
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	16
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	16
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	18
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	22
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	22
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	26
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	45
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	45
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	45
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	52
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	53
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	55
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	55
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	55
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	56
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	57
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	58
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	59
5.6 Образовательные технологии	60
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	60

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Целью изучения дисциплины «Анатомия человека» (Модуль " Блок 1.") является изучение морфологических особенностей клеток, тканей и органов человека, а также овладение практическими навыками, позволяющими исследовать и оценивать состояние органов и систем организма на разных этапах онтогенеза в исполнении педагогических, тренерских, организационно-методических задач.

Задачи учебной дисциплины:

Помочь студентам в освоении теоретического курса и познании основных морфологических характеристик здорового человека, его половых и возрастных особенностей, а также научить современным методам оценки состояния организма человека и его систем, изучить основные принципы работы аппаратуры, используемой для клинических исследований.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы бакалавриата

Дисциплина (модуль) «Анатомия человека (модуля)» реализуется в *обязательной* части основной образовательной программы по направлению подготовки «49.03.01 Физическая культура» очной, заочной формам обучения.

Изучение дисциплины (модуля) «Анатомия человека (модуля)» базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися ранее в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): «Физическая культура и спорт (модуля)», «История (модуля)».

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной (модулем):

- Педагогика физической культуры и спорта

- Биохимия человека

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: ОПК-1; ОПК-9, в соответствии с основной профессиональной образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора	Результаты обучения
-----------------------	-----------------	--------------------------	-------------------------------	---------------------

			ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ	
Планирование	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. - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный	Знать: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения. - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - химический состав организма человека; - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое

			<p>процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой</p>	<p>и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; -</p>
--	--	--	--	---

			<p>атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>	<p>организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - способы оценки</p>
--	--	--	---	---

				<p>результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p>
				<p>Уметь: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастнo-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-</p>

				<p>воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов</p>
--	--	--	--	---

				<p>деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>
				<p>Владеть опытом: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности;</p> <p>- проведения анатомического анализа физических упражнений;</p> <p>- биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий</p>

				<p>оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки;</p> <p>- планирования учебно-тренировочный занятий по ИВС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»;</p> <p>- планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>
--	--	--	--	--

<p>Контроль и анализ</p>	<p>ОПК – 9.</p>	<p>Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p>ОПК-9.2. - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; - оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической</p>	<p>Знать: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов,</p>
--------------------------	-----------------	--	--	---

				<p>фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p> <p>Уметь: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; - оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных</p>
--	--	--	--	--

				<p>физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилOMETрию,</p>
--	--	--	--	---

				<p>эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся</p> <p>корректирующая проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС.</p> <p>Владеть опытом проведения антропометрических измерений; - применения</p>
--	--	--	--	---

				<p>методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС.</p>
--	--	--	--	---

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 8 зачетных единиц.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры	
		1	2

Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	144	36	108
Учебные занятия лекционного типа	40	12	28
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Практические занятия	40	8	32
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Лабораторные занятия			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Иная контактная работа	64	16	48
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Самостоятельная работа обучающихся	99	27	72
Контроль промежуточной аттестации	45	9	36
Форма промежуточной аттестации		Диф. зачет	экзамен
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	288	72	216

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 1	Курс 2
		Сессия 3-	Сессия 1-2
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	64	48	16
Учебные занятия лекционного типа	12	8	4
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Практические занятия	20	16	4
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Лабораторные занятия			

<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Иная контактная работа	32	24	8
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Самостоятельная работа обучающихся	211	164	47
Контроль промежуточной аттестации	13	4	9
Форма промежуточной аттестации		диф. зачет	экзамен
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	288	216	72

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Лекционные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Семинарские/ практические занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Лабораторные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Иная контактная работа <i>из них: в форме практической подготовки</i>				
Модуль 1 (Семестр 1). Анатомия опорно-двигательного аппарата										
Раздел 1. Основы анатомии. Остеология.	32	14	18	6		4				8
Тема 1. Кости черепа и туловища Кости верхней и нижней конечностей.	16	6	10	4		2				4
Тема 2. Основы анатомии человека. Строение клеток и тканей. Теоретическая анатомия костной системы. Возрастные изменения.	16	8	8	2		2				4
Раздел 2. Артрология.	31	13	18	6		4				8
Тема 1. Соединение костей черепа и туловища.	16	6	10	4		2				4

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Тема 2. Соединения костей верхней и нижней конечностей.	15	7	8	2		2				4	
Контроль промежуточной аттестации (час)	9										
Общий объем, часов по модулю	63	27	36	12		8				16	
Форма промежуточной аттестации	<i>диф.зачет</i>										
Модуль 2 (семестр 2). Строение внутренних органов и систем											
Раздел 3. Миология. Скелетные мышцы. Общая и функциональная анатомия мышц. Мышцы головы, шеи и туловища.	30	12	18	4		6				8	
Раздел 4. Мышцы верхней и нижней конечностей.	30	12	18	4		6				8	
Раздел 5. Спланхнология Анатомия пищеварительной системы.	30	12	18	6		4				8	
Тема 1.1 Анатомия дыхательной системы.	16	6	10	4		2				4	
Тема 2. Анатомия выделительной и репродуктивной систем	14	6	8	2		2				4	
Раздел 6. Лимфология, Эндокринология Анатомия кровеносной системы	30	12	18	4		6				8	
Раздел 7. Ангиология, Иммунная система Эндокринная система.	30	12	18	4		6				8	
Раздел 8. Неврология, Эстеziология	30	12	18	6		4				8	
Тема 1. Нервная система	16	6	10	4		2				4	
Тема 2. Система органов чувств	14	6	8	2		2				4	
Контроль промежуточной аттестации (час)	36										

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Лекционные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Семинарские/ практические занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Лабораторные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Иная контактная работа <i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Общий объем, часов по модулю	180	72	108	28		32				48	
Форма промежуточной аттестации	<i>экзамен</i>										
Общий объем, часов	243	99	144	40		40				64	

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Лекционные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Семинарские/ практические занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Лабораторные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Иная контактная работа <i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Модуль 1 (Курс 1 Сессии 3-4)											
Раздел 1. Основы анатомии. Остеология.	36	28	8			4				4	
Тема 1. Кости черепа и туловища Кости верхней и нижней конечностей.	18	14	4			2				2	
Тема 2. Основы анатомии человека. Строение клеток и тканей.	18	14	4			2				2	

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической		Семинарские/	из них: в форме практической		Лабораторные занятия	из них: в форме практической
Теоретическая анатомия костной системы. Возрастные изменения.											
Раздел 2. Артрология.	36	26	10	2		4				4	
Тема 1. Соединение костей черепа и туловища.	20	14	6	2		2				2	
Тема 2. Соединения костей верхней и нижней конечностей.	16	12	4			2				2	
Раздел 3. Миология. Скелетные мышцы. Общая и функциональная анатомия мышц. Мышцы головы, шеи и туловища.	34	28	6			2				4	
Раздел 4. Мышцы верхней и нижней конечностей.	34	28	6			2				4	
Раздел 5. Спланхнология Анатомия пищеварительной системы.	36	28	8	2		2				4	
Тема 1.1 Анатомия дыхательной системы.	18	14	4	2						2	
Тема 2. Анатомия выделительной и репродуктивной систем	18	14	4			2				2	
Раздел 6. Лимфология, Эндокринология Анатомия кровеносной системы	36	26	10	4		2				4	
Форма промежуточной аттестации	<i>диф.зачет</i>										
Общий объем, часов по модулю	212	164	48	8		16				24	
Контроль промежуточной аттестации (час)	4										

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической	Семинарские/	из них: в форме практической	Лабораторные занятия	из них: в форме практической	Иная контактная работа
Модуль 2 (Курс 2 Сессии 1-2)										
Раздел 7. Ангиология, Иммунная система Эндокринная система.	32	24	8	2		2				4
Раздел 8. Неврология, Эстеziология	31	23	8	2		2				4
Тема 1. Нервная система	16	12	4	2						2
Тема 2. Система органов чувств	15	11	4			2				2
Форма промежуточной аттестации	<i>экзамен</i>									
Общий объем, часов по модулю	63	47	16	4		4				8
Контроль промежуточной аттестации (час)	9									
Общий объем, часов	275	211	64	12		20				32

РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся
--------------	-------	---

		Академическая	Форма академической активности	Выполнение практ.	Форма практического задания	Рубежный текущий	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1. Семестр 1, Анатомия опорно-двигательного аппарата							
Раздел 1. Основы анатомии. Остеология.	14	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	реферат	2	Контрольная работа
Раздел 2. Артрология.	13	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	5	реферат	2	Контрольная работа
Общий объем, часов	27	14	-	9		4	-
Модуль 2. Семестр 2. Строение внутренних органов и систем							
Раздел 3. Миология.	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	реферат	2	доклад
Раздел 4. Мышцы верхней и нижней конечностей.	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	реферат	2	доклад

Раздел 5. Спланхнология	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	реферат	2	Контрольная работа
Раздел 6. Лимфология, Эндокринология	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	реферат	2	Контрольная работа
Раздел 7. Ангиология,	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	реферат	2	Контрольная работа
Раздел 8. Неврология, Эстеziология	12	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	реферат	2	Контрольная работа
Общий объем, часов	72	36	-	24		12	-
Общий объем по дисциплине, часов	99	50	-	33	-	16	-

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1. курс 1 (Сессия 3-4), Анатомия опорно-двигательного аппарата							

Раздел 1. Основы анатомии. Остеология.	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	реферат	2	Контрольная работа
Раздел 2. Артрология.	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	реферат	2	Контрольная работа
Раздел 3. Миология.	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	реферат	2	доклад
Раздел 4. Мышцы верхней и нижней конечностей.	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	реферат	2	доклад
Раздел 5. Спланхнология	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	реферат	2	Контрольная работа
Раздел 6. Лимфология, Эндокринология	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	реферат	2	Контрольная работа
Общий объем, часов	164	84	-	68		12	-
Модуль 1. курс 2 (Сессия 1-2), Анатомия опорно-двигательного аппарата. строение внутренних органов и систем							
Раздел 7. Ангиология,	24	12	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	реферат	2	Контрольная работа

Раздел 8. Неврология, Эстеziология	23	11	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	реферат	2	Контрольная работа
Общий объем, часов	47	23	-	20		4	-
Общий объем по дисциплине, часов	211	107	-	88	-	16	-

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1.

«АНАТОМИЯ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА»

Раздел 1. Основы анатомии. Остеология.

Тема 1. Основы анатомии человека. Строение клеток и тканей. Теоретическая анатомия костной системы. Возрастные изменения.

Цель: Формирование у студентов знаний о взаимозависимости и единстве структуры и функции, как отдельных органов, так и организма в целом, о взаимосвязи организма с изменяющимися условиями окружающей среды. Формирование у студентов знаний о строении костей и костной ткани их взаимозависимость и единство структуры и функции.

Перечень изучаемых элементов содержания: Анатомия как наука. Содержание анатомии и ее место среди биологических наук. Методологические основы анатомии. Классификация морфологических (анатомических) и спортивно-морфологических наук. Проблема целостности организма человека. Основные свойства организма человека. Строение тела человека во взаимосвязи с его функциями в процессе индивидуального и исторического развития. Организм и среда. Понятие об адаптации и преадаптации. Морфофункциональная система движений и ее компоненты: органы систем исполнения, обеспечения, управления и регуляции движений человека. Факторы, обуславливающие эффект адаптационных реакций: доза (интенсивность) воздействия, однократность и многократность действия, реакция организма. Понятие о норме реакции организма (его реактивности). Факторы, определяющие норму реакции.

Современные представления о целостности организма и уровнях его структурной организации.

Цитология. Строение стволовой соматической клетки. Разновидности клеток, особенности, функции. Жизненный цикл клетки.

Гистология. Разновидности тканей организма человека. Особенности строения и развития.

Органы, системы и аппараты органов. Принципы разграничения систем и аппаратов. Понятие «функциональная система». Органы (системы, аппараты) исполнения, обеспечения и регуляции движений человека. Основные функциональные системы организма.

Понятие о скелете и его функциях. Кость как составная часть скелета. Строение кости. Костная ткань. Особенности строения клеточных элементов и межклеточного вещества. Пластинчатая костная ткань. Особенности их строения и расположения. Остеон - структурная единица компактного вещества трубчатой кости. Грубоволокнистая костная ткань. Регенерация

костной ткани. Надкостница. Компактное и губчатое вещество. Особенности строения трубчатых, плоских, губчатых, смешанных и воздухоносных костей. Костный мозг и его функциональное значение. Форма костей и ее связь с выполняемой функцией.

Развитие и рост костей. Первичные и вторичные точки окостенения. Понятие об эндесмальном, перихондральном и энхондральном видах окостенения. Рост костей в длину и толщину. Внешние и внутренние факторы роста, развития и старения костей. Влияние механических нагрузок на интенсивность роста костей. Функциональные особенности роста кости. Основные закономерности функциональной обусловленности роста и строения костей. Значение нормы реакции в адаптации костей у спортсменов.

Общая и местная морфологическая перестройка костей. Изменение химического состава костей. Перестройка остеонной структуры костей. Изменение компактного вещества, губчатого вещества, костномозговой полости. Адаптационные изменения черепа, туловища (позвоночного столба, ребер), костей верхней и нижней конечностей у спортсменов.

Вопросы для самоподготовки:

1. Методологические основы анатомии.
2. Содержание анатомии и ее место среди биологических наук.
3. Строение тела человека во взаимосвязи с его функциями в процессе индивидуального и исторического развития.
4. Основные свойства организма человека.
5. Морфофункциональная система движений и ее компоненты: органы систем исполнения, обеспечения, управления и регуляции движений человека.
6. Организм и среда.
7. Понятие о норме реакции организма (его реактивности).
8. Факторы, определяющие норму реакции.
9. Современные представления о целостности организма и уровнях его структурной организации.
10. Сходство и различия клеток организма человека. Жизненный цикл.
11. Особенности строения тканей организма человека.
12. Принципы разграничения систем и аппаратов.
13. Понятие «функциональная система». Органы (системы, аппараты) исполнения, обеспечения и регуляции движений человека.
14. Основные функциональные системы организма, их взаимосвязь. Работа функциональных систем в процессе онтогенеза человека.
15. Понятие о скелете и его функциях.
16. Кость как составная часть скелета.
17. Строение кости.
18. Костная ткань. Пластинчатая костная ткань. Грубо-волокнистая костная ткань. Компактное и губчатое вещество.
19. Развитие и рост костей. Первичные и вторичные точки окостенения.
20. Рост костей в длину и толщину.
21. Общая и местная морфологическая перестройка костей. Перестройка остеонной структуры костей.
22. Изменение компактного вещества, губчатого вещества, костномозговой полости.
23. Адаптационные изменения черепа, туловища (позвоночного столба, ребер), костей верхней и нижней конечностей у спортсменов.
24. Возрастные изменения химического состава и механических свойств костей.

Тема 2: Кости черепа и туловища, кости верхней и нижней конечностей.

Цель: Формирование у студентов знаний о строении костей черепа и туловища, верхней и нижней конечностей, их взаимозависимости и единстве структуры и функции.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Общая характеристика черепа и его отделов. Кости мозгового отдела черепа. Особенности строения костей черепа. Непарные кости мозгового отдела черепа: затылочная, клиновидная, лобная, решетчатая. Парные кости мозгового отдела черепа: теменная и височная.

Кости лицевого отдела черепа: парные - верхняя челюсть, скуловая, небная, носовая, слезная, нижняя носовая раковина; непарные - сошник, нижняя челюсть, подъязычная кость. Череп как целое. Основание черепа. Возрастные и половые особенности черепа. Проекция частей черепа на наружную поверхность головы.

Позвоночный столб. Позвоночный столб как целое. Отделы позвоночного столба. Общий план строения позвонка. Особенности строения шейных, грудных и поясничных позвонков. Строение крестца и копчика. Функции позвоночного столба. Физиологические изгибы позвоночного столба, их функциональные значения и связь с осанкой человека. Движения позвоночного столба. Изменения изгибов позвоночного столба при его движениях. Грудная клетка. Грудная клетка как целое. Строение ребер и грудины. Истинные и ложные ребра. Форма грудной клетки и угол Шарли. Возрастные и половые особенности грудной клетки.

Отделы верхней конечности: пояс верхней конечности и свободная верхняя конечность. Кости пояса верхней конечности: лопатка и ключица. Отделы свободной верхней конечности и их кости: плечо (плечевая кость), предплечье (локтевая и лучевая кости) и кисть, которая в свою очередь, разделяется на запястье (8 коротких губчатых костей), пясть (5 коротких трубчатых костей) и фаланги пальцев (I палец - 2 фаланги; II-V пальцы - по 3 фаланги). Местоположение и строение костей пояса верхней конечности и свободной верхней конечности. Проекция костных образований верхней конечности на поверхность тела человека.

Отделы нижней конечности: пояс нижней конечности и свободная нижняя конечность. Пояс нижней конечности - тазовая кость. Отделы свободной нижней конечности и их кости: бедро (бедренная кость), голень (большеберцовая и малоберцовая кости) и стопа, у которой выделяют предплюсну (7 костей), плюсну (5 костей) и фаланги пальцев.

Строение костей пояса нижней конечности (тазовой кости) и свободной нижней конечности. Проекция скелетных образований нижней конечности на поверхность тела человека. Соединения костей пояса нижней конечности. Таз как целое. Большой и малый таз, его границы. Возрастные и половые особенности таза.

Вопросы для самоподготовки:

1. Общая характеристика черепа и его отделов.
2. Кости лицевого отдела черепа: парные - верхняя челюсть, скуловая, небная, носовая, слезная, нижняя носовая раковина; непарные - сошник, нижняя челюсть, подъязычная кость.
3. Череп как целое.
4. Возрастные и половые особенности черепа.
5. Позвоночный столб.
6. Общий план строения позвонка. Функции позвоночного столба
7. Строение крестца и копчика. Физиологические изгибы позвоночного столба, их функциональные значения и связь с осанкой человека.
8. Движения позвоночного столба. Изменения изгибов позвоночного столба при его движениях.

9. Грудная клетка. Строение ребер и грудины. Истинные и ложные ребра. Форма грудной клетки и угол Шарли. Возрастные и половые особенности грудной клетки.
10. Отделы верхней конечности: пояс верхней конечности и свободная верхняя конечность.
11. Кости пояса верхней конечности: лопатка и ключица.
12. Отделы свободной верхней конечности и их кости:
13. Местоположение и строение костей пояса верхней конечности и свободной верхней конечности.
14. Отделы нижней конечности: пояс нижней конечности и свободная нижняя конечность. Пояс нижней конечности - тазовая кость.
15. Отделы свободной нижней конечности и их кости.
16. Строение костей пояса нижней конечности (тазовой кости) и свободной нижней конечности.
17. Таз как целое. Большой и малый таз, его границы. Возрастные и половые особенности

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1.

Примерные темы рефератов:

1. Содержание анатомии и ее место среди биологических наук.
2. Основные свойства организма человека.
3. Морфофункциональная система движений и ее компоненты: органы систем исполнения, обеспечения, управления и регуляции движений человека.
4. Современные представления о целостности организма и уровнях его структурной организации.
5. Особенности строения тканей организма человека.
6. Основные функциональные системы организма, их взаимосвязь. Работа функциональных систем в процессе онтогенеза человека.
7. Костная ткань.
8. Развитие и рост костей.
9. Общая и местная морфологическая перестройка костей.
10. Возрастные изменения химического состава и механических свойств костей.
11. Общая характеристика черепа и его отделов.
12. Кости лицевого отдела черепа.
13. Возрастные и половые особенности черепа.
14. Позвоночный столб.
15. Возрастные и половые особенности грудной клетки.
16. Связочный аппарат позвоночного столба.
17. Искривления (сколиозы) позвоночного столба, их формирование и функциональное значение.
18. Соединения ребер с грудиной и позвоночным столбом.
19. Формы грудной клетки у спортсменов по видам спорта.
20. Соединения костей пояса верхней конечности, их функциональное назначение.
21. Соединения пояса верхней конечности со свободной верхней конечностью.
22. Особенности строения, оси вращения и движения в суставах пояса верхней конечности.
23. Особенности строения суставов и связочного аппарата кисти, ее твердая основа.

24. Отделы нижней конечности: пояс нижней конечности и свободная нижняя конечность. Пояс нижней конечности - тазовая кость.
25. Отделы свободной нижней конечности и их кости.
26. Строение костей пояса нижней конечности (тазовой кости) и свободной нижней конечности.
27. Таз как целое. Большой и малый таз, его границы. Возрастные и половые особенности

Рубежный контроль раздела 1 :

форма рубежного контроля – контрольная работа

Раздел 2. Артрология

Тема 1: Соединение костей черепа и туловища.

Цель: Формирование у студентов знаний о соединении костей черепа и туловища, возрастных изменениях и адаптации соединений костей к физическим нагрузкам их взаимозависимости и функции.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Классификация соединений костей черепа и лица. Синдесмозы (швы) и суставы (височно-нижнечелюстные) черепа. Движения в соединениях костей черепа. Синхондрозы.

Непрерывные (синартрозы) и прерывные (диартрозы). Соединения позвонков: соединения тел, дуг и отростков позвонков. Межпозвоночные диски и их строение. Межпозвоночные суставы. Связочный аппарат позвоночного столба. Соединение позвоночного столба с черепом. Соединение крестца с копчиком. Искривления (сколиозы) позвоночного столба, их формирование и функциональное значение. Соединения ребер с грудиной и позвоночным столбом. Механизм движения ребер. Реберные дуги. Формы грудной клетки у спортсменов по видам спорта. Рентгеноанатомия соединений костей туловища. Движения позвоночного столба.

Вопросы для самоподготовки:

1. Классификация соединений костей черепа и лица.
2. Непрерывные (синартрозы) и прерывные (диартрозы).
3. Межпозвоночные суставы.
4. Связочный аппарат позвоночного столба.
5. Искривления (сколиозы) позвоночного столба, их формирование и функциональное значение.
6. Соединения ребер с грудиной и позвоночным столбом.
7. Формы грудной клетки у спортсменов по видам спорта.

Тема 2: Соединения костей верхней и нижней конечностей.

Цель: Формирование у студентов знаний о соединении костей верхней и нижней конечностей, возрастных изменениях и адаптации соединений костей к физическим нагрузкам их взаимозависимости и функции.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Соединения костей пояса верхней конечности, их функциональное назначение. Грудно-ключичный и акромиально-ключичный суставы. Оси вращения и движения в этих суставах. Соединения пояса верхней конечности со свободной верхней конечностью - плечевой сустав; соединение плеча с предплечьем - локтевой сустав; соединение костей предплечья между собой;

соединение предплечья с кистью - лучезапястный сустав; соединения костей кисти между собой. Особенности строения, оси вращения и движения в перечисленных выше суставах.

Особенности строения суставов и связочного аппарата кисти, ее твердая основа. Соединения костей пояса нижней конечности: крестцово-подвздошный сустав, лобковый симфиз. Связочный аппарат. Таз в целом. Тазобедренный, коленный и голеностопный суставы, их строение. Форма суставных поверхностей, суставная капсула, суставная полость, связочный аппарат, оси вращения и движения; их особенности в строении. Соединения костей голени. Особенности строения суставов и связочного аппарата стопы; таранно-пяточно ладьевидный, подтаранный сустав, предплюстно-плюсневые, плюснофаланговые и межфаланговые суставы. Оси вращения и движения стопы. Твердая основа стопы. Продольный и поперечный своды стопы. Активные и пассивные затяжки сводов стопы. Факторы, способствующие укреплению сводов стопы. Предупреждение плоскостопия.

Вопросы для самоподготовки:

1. Соединения костей пояса верхней конечности, их функциональное назначение.
2. Соединения пояса верхней конечности со свободной верхней конечностью.
3. Особенности строения, оси вращения и движения в суставах пояса верхней конечности.
4. Особенности строения суставов и связочного аппарата кисти, ее твердая основа.
5. Связочный аппарат.
6. Таз в целом.
7. Форма суставных поверхностей, суставная капсула, суставная полость, связочный аппарат, оси вращения и движения; их особенности в строении.
8. Соединения костей голени. Твердая основа стопы.
9. Активные и пассивные затяжки сводов стопы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2.

Примерные темы рефератов:

1. Классификация соединений костей черепа и лица.
2. Непрерывные (синартрозы) и прерывные (диартрозы).
3. Межпозвоночные суставы.
4. Связочный аппарат позвоночного столба.
5. Искривления (сколиозы) позвоночного столба, их формирование и функциональное значение.
6. Соединения ребер с грудиной и позвоночным столбом.
7. Формы грудной клетки у спортсменов по видам спорта.
8. Форма суставных поверхностей, суставная капсула, суставная полость, связочный аппарат, оси вращения и движения; их особенности в строении.
9. Соединения костей голени. Твердая основа стопы.
10. Активные и пассивные затяжки сводов стопы.

Рубежный контроль раздела 2.:

форма рубежного контроля – контрольная работа

Анатомия опорно-двигательного аппарата

Раздел 3. Анатомия опорно-двигательного аппарата. Миология.

Общая и функциональная анатомия мышц. Мышцы головы, шеи и туловища.

Тема 1: Скелетные мышцы. Общая и функциональная анатомия мышц. Мышцы головы, шеи и туловища.

Цель: Формирование у студентов знаний о структуре, строении и функции скелетных мышц головы, шеи и туловища, их морфофункциональной перестройке в процессе постнатального онтогенеза.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Мышечное волокно (мион) - основной элемент поперечнополосатой (скелетной) мышечной ткани, его форма и размеры. Соединительный (система миофибрилл), трофический (совокупность ядерно-саркоплазматических структур), мембранный (Т-система), опорный (оболочка мышечного волокна — сарколемма, Z- и M—полоски) и нервный (моторные бляшки, чувствительные элементы), аппараты мышечного волокна. Белки миофибрилл.

Структурные основы сокращения мышечного волокна. Типы мышечных волокон, красные, белые и переходного типа. Их структурно-функциональная характеристика, значимость типирования мышечных волокон в практике спорта. Двигательные единицы (большие и малые) и их функции. Самообновление и рост мышечной массы.

Форма мышц: длинные, короткие, широкие, веерообразные и кольцеобразные. Сильные и ловкие мышцы. Связь формы мышц с выполнением функций. Строение мышц. Эндомизий, перимизий и собственная фасция мышц. Части мышцы. Вспомогательный аппарат мышц и его функциональное значение. Кровоснабжение и иннервация мышц. Места начала и прикрепления мышц.

Функциональная характеристика мышц: состояние мышц, тонус мышц. Сила мышц и факторы ее определяющие. Абсолютная, относительная и удельная сила мышц. Величина укорочения. Мышцы одно-, дву-, многосуставные. Парадоксальное действие мышц. Цепь звеньев. Мышцы-антагонисты и синергисты.

Мышцы головы и шеи. Морфофункциональные характеристики мышц головы. Мимические мышцы, их положение и функции, особенности прикрепления. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях нижней челюсти: поднимании, опускании; в движениях вперед, назад и в стороны. Жевательные мышцы.

Проекция мимических и жевательных мышц на поверхность головы. Мышцы шеи: поверхностные мышцы, фиксирующиеся на подъязычной кости, и глубокие. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях головы: наклонах вперед, назад, движениях в стороны и поворотах. Функции мышц шеи при различных видах опоры. Топографические образования шеи - сонный и подчелюстной треугольники. Фасции шеи.

Мышцы туловища. Мышцы, обеспечивающие движения туловища. Краткий обзор мышц туловища по областям: мышцы спины, груди, шеи, живота. Мышцы, участвующие в разгибании туловища, их расположение, места начала и прикрепления. Функции мышц спины при различных видах опоры. Мышцы, осуществляющие сгибания и разгибания в шейном и поясничном отделах позвоночного столба. Мышцы живота, их расположение, места фиксации. Слабо защищенные

места брюшной стенки. Мышцы, участвующие в наклонах и ротации туловища. Демонстрация проекции мышц и состояний мышечных групп при движениях туловища на натуршке.

Вопросы для самоподготовки:

1. Поперечнополосатая мышечная ткань. Белки миофибрилл.
2. Саркомер. Протофибриллы, их разновидности и состав.
3. Структурные основы сокращения мышечного волокна.
4. Самообновление и рост мышечной массы.
5. Функции мышц. Форма мышц: длинные, короткие, широкие, веерообразные и кольцеобразные. Сильные и ловкие мышцы. Связь формы мышц с выполнением функций.
6. Части мышцы. Вспомогательный аппарат мышц и его функциональное значение. Кровоснабжение и иннервация мышц.
7. Места начала и прикрепления мышц.
8. Мышцы головы и шеи. Морфофункциональные характеристики мышц головы.
9. Проекция мимических и жевательных мышц на поверхность головы.
10. Мышцы шеи: поверхностные мышцы, фиксирующиеся на подъязычной кости, и глубокие.
11. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях головы: наклонах вперед, назад, движениях в стороны и поворотах.
12. Мышцы туловища. Мышцы, обеспечивающие движения туловища. Мышцы, участвующие в разгибании туловища, их расположение, места начала и прикрепления.
13. Мышцы живота, их расположение, места фиксации. Слабо защищенные места брюшной стенки.
14. Дыхательные мышцы. Расположение диафрагмы у детей и взрослых, подвижность диафрагмы.
15. Функции диафрагмы (респираторная, кардиоваскулярная и прессорная).
16. Мышцы вдоха и мышцы выдоха (основные и вспомогательные).
17. Брюшной пресс. Мышцы, участвующие в образовании брюшного пресса.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 3.

Темы рефератов к разделу:

1. Мышцы головы и шеи. Морфофункциональные характеристики мышц головы.
2. Проекция мимических и жевательных мышц на поверхность головы.
3. Мышцы шеи: поверхностные мышцы, фиксирующиеся на подъязычной кости, и глубокие.
4. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях головы: наклонах вперед, назад, движениях в стороны и поворотах.
5. Мышцы туловища. Мышцы, обеспечивающие движения туловища. Мышцы, участвующие в разгибании туловища, их расположение, места начала и прикрепления.
6. Мышцы живота, их расположение, места фиксации. Слабо защищенные места брюшной стенки.
7. Дыхательные мышцы. Расположение диафрагмы у детей и взрослых, подвижность диафрагмы.
8. Функции диафрагмы (респираторная, кардиоваскулярная и прессорная).
9. Мышцы вдоха и мышцы выдоха (основные и вспомогательные).
10. Брюшной пресс. Мышцы, участвующие в образовании брюшного пресса.
11. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях плеча в плечевом суставе: сгибатели и разгибатели, отводящие и приводящие, пронирующие и супинирующие.
12. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях предплечья: сгибатели и разгибатели, пронирующие и супинирующие предплечье.
13. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях кисти и пальцев: сгибатели и разгибатели кисти и пальцев, мышцы, отводящие и приводящие кисть.
14. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях кисти и пальцев: сгибатели и разгибатели кисти и пальцев, мышцы, отводящие и приводящие кисть.

Рубежный контроль раздела 3.: форма рубежного контроля – доклад

1. Строение клеток и ткани нервной системы
2. Виды соединительной ткани. Особенности строения клеток.
3. Значение основных клеточных элементов.
4. Парные кости мозгового отдела черепа: теменная и височная.
5. Механизм движения ребер.
6. Соединительный (система миофибрилл), трофический (совокупность ядерно-саркоплазматических структур), мембранный (Т-система), опорный (оболочка мышечного волокна — сарколема, Z- и М—полоски) и нервный (моторные бляшки, чувствительные элементы), аппараты мышечного волокна.
7. Сила мышц и факторы ее определяющие. Абсолютная, относительная и удельная сила мышц.
8. Мимические мышцы, их положение и функции, особенности прикрепления шеи - сонный и подчелюстной треугольники. Фасции шеи.

Раздел 4. Мышцы верхней и нижней конечностей.

Цель: Формирование у студентов знаний о структуре, строении и функции мышцы верхней и нижней конечностей, их морфофункциональной перестройке в процессе постнатального онтогенеза. *Перечень изучаемых элементов содержания:*

Движения свободной верхней конечности. Краткий обзор мышц свободной верхней конечности по их форме, направлению волокон, месту положения, началу и прикреплению. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях плеча в плечевом суставе: сгибатели и разгибатели, отводящие и приводящие, пронирующие и супинирующие. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях предплечья: сгибатели и разгибатели, пронирующие и супинирующие предплечье. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях кисти и пальцев: сгибатели и разгибатели кисти и пальцев, мышцы, отводящие и приводящие кисть. Функциональные группы мышц большого пальца и мизинца и средняя ладонная группа мышц. Находить на препарате и натурщике подмышечную впадину, медиальную и латеральную головки двуглавой борозды, локтевую ямку и др.

Движения бедра и голени. Краткий обзор мышц нижней конечности по их форме, направлению волокон, месту положения, начала и прикрепления. Демонстрация на препарате функциональных групп мышц, участвующих в движениях бедра в тазобедренном суставе: в сгибании, разгибании, отведении, приведении, пронации и супинации; функциональных групп мышц, участвующих в движениях голени в коленном суставе: в сгибании, разгибании, пронации и супинации.

Движения стопы. Оси вращения и движения вокруг каждой оси. Расположение и проекция мышц, идущих с голени на стопу. Демонстрация и изучение функциональных групп мышц, участвующих в движениях стопы: сгибании, разгибании, отведении, приведении, пронации и супинации; мышц, участвующих в движениях пальцев стопы: сгибании, разгибании, отведении, приведении. Мышцы, поддерживающие своды стопы. Фасции, межмышечные перегородки. Топографические образования нижней конечности и их функциональное значение. Связки - удерживатели мышц сгибателей и разгибателей стопы

Вопросы для самоподготовки:

1. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях плеча в плечевом суставе: сгибатели и разгибатели, отводящие и приводящие, пронирующие и супинирующие.

2. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях предплечья: сгибатели и разгибатели, проназирующие и супинирующие предплечье.
3. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях кисти и пальцев: сгибатели и разгибатели кисти и пальцев, мышцы, отводящие и приводящие кисть.
4. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях кисти и пальцев: сгибатели и разгибатели кисти и пальцев, мышцы, отводящие и приводящие кисть.
5. Функциональные группы мышц, участвующих в движениях бедра в тазобедренном суставе: в сгибании, разгибании, отведении, приведении, пронации и супинации;
6. Функциональные группы мышц, участвующих в движениях голени в коленном суставе: в сгибании, разгибании, пронации и супинации.
7. Функциональные группы мышц, участвующих в движениях стопы: сгибании, разгибании, отведении, приведении, пронации и супинации;
8. Мышцы, участвующие в движениях пальцев стопы: сгибании, разгибании, отведении, приведении.
9. Мышцы, поддерживающие своды стопы.
10. Фасции, межмышечные перегородки. Связки - удерживатели мышц сгибателей и разгибателей стопы.
11. Функциональные группы мышц, участвующих в движениях бедра в тазобедренном суставе: в сгибании, разгибании, отведении, приведении, пронации и супинации;
12. Функциональные группы мышц, участвующих в движениях голени в коленном суставе: в сгибании, разгибании, пронации и супинации.
13. Функциональные группы мышц, участвующих в движениях стопы: сгибании, разгибании, отведении, приведении, пронации и супинации;
14. Мышцы, участвующие в движениях пальцев стопы: сгибании, разгибании, отведении, приведении.
15. Мышцы, поддерживающие своды стопы.
16. Фасции, межмышечные перегородки. Связки - удерживатели мышц сгибателей и разгибателей стопы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 4.

Темы рефератов к разделу:

1. Отделы позвоночного столба.
2. Соединения костей пояса нижней конечности.
3. Движения позвоночного столба.
4. Оси вращения и движения стопы.
5. Мышцы, осуществляющие сгибания и разгибания в шейном и поясничном отделах позвоночного столба. (сухожильный центр и мышечная части, отверстия диафрагмы).
6. Оси вращения и движения вокруг каждой оси. Расположение и проекция мышц, идущих с голени на стопу.

Рубежный контроль раздела 4.:

форма рубежного контроля – доклад

Темы докладов:

1. Механизм движения ребер.
2. Движения позвоночного столба.
3. Оси вращения и движения стопы.
4. Оси вращения и движения вокруг каждой оси. Расположение и проекция мышц, идущих с голени на стопу.
5. Функциональные группы мышц, участвующих в движениях бедра в тазобедренном суставе: в сгибании, разгибании, отведении, приведении, пронации и супинации;
6. Функциональные группы мышц, участвующих в движениях голени в коленном суставе: в сгибании, разгибании, пронации и супинации.
7. Функциональные группы мышц, участвующих в движениях стопы: сгибании, разгибании, отведении, приведении, пронации и супинации;
8. Мышцы, участвующие в движениях пальцев стопы: сгибании, разгибании, отведении, приведении.
9. Мышцы, поддерживающие своды стопы.

РАЗДЕЛ 5. Строение внутренних органов и систем.

Спланхнология

Тема 1: Анатомия пищеварительной системы. Анатомия дыхательной системы.

Цель: Формирование у студентов знаний о структуре, строении и функции пищеварительной и **дыхательной** систем, их морфофункциональной перестройке в процессе постнатального онтогенеза.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Пищеварительный тракт. Общая характеристика органов пищеварительной системы и её функциональное значение. Пищеварительный канал, пищеварительные железы. Полость рта. Преддверие рта: ротовая щель, стенки преддверия рта. Зубы. Молочные и постоянные зубы, их строение. Собственно, полость рта. Стенки ротовой полости. Язык. Мягкое небо. Зев. Кольцо Пирогова. Слюнные железы.

Глотка, её положение и строение. Функциональное значение отделов глотки. Лимфоидное глоточное кольцо. Функциональное значение миндалин. Механизм акта глотания. Мышцы глотки.

Пищевод, его части, положение, строение стенки, сужения пищевода. Желудок, его положение, форма, отделы. Строение стенки желудка, железы желудка. Сфинктер. Тонкая кишка, её отделы, их положение, складки, их строение, кишечные железы и ворсинки, механизмы всасывания веществ в тонкой кишке. Мышечная и серозная оболочки. Толстая кишка, её отделы, их положение. Строение стенки толстой кишки. Морфологические отличия толстой кишки от тонкой. Особенности строения прямой кишки.

Слюнные железы, их расположение и функции. Печень. Её положение и проекция на наружную поверхность тела человека. Внешнее строение печени: поверхности, края, доли, связки и ворота печени. Функция печени. Внутреннее строение печени. Особенности кровоснабжения печени. Чудесная венозная сеть. Сегменты печени. Печёночная долька. Желчный пузырь, его

положение, строение и функции. Функции желчи. Пути выведения желчи.

Поджелудочная железа. Её положение, строение и функции. Внешнесекреторная и внутрисекреторная часть железы. Брюшина. Parietalный и висцеральный листки брюшины. Полость брюшины. Отношение внутренних органов к брюшине. Образования брюшины: брыжейки, связки, сальники. Функциональное значение брюшины.

Общая характеристика органов дыхания. Филогенез дыхательной системы. Дыхательные пути и легкие. Особенности строения воздухоносных путей. Полость носа. Носовые ходы, их строение и функциональное значение. Глотка как воздухоносный путь. Функциональное значение гортани и ее хрящей. Механизм голосообразования.

Голосовая щель. Полость гортани. Мышцы гортани: расширяющие голосовую щель, суживающие голосовую щель и изменяющие натяжение голосовых связок. Трахея и бронхи. Принцип образования бронхиального дерева. Функции легких и механизм газообмена в легких. Ацинус.

Вопросы для самоподготовки:

1. Пищеварительный тракт. Общая характеристика органов пищеварительной системы и её функциональное значение.
2. Пищеварительный канал, пищеварительные железы.
3. Полость рта. Преддверие рта: ротовая щель, стенки преддверия рта.
4. Зубы. Молочные и постоянные зубы, их строение.
5. Собственно, полость рта. Стенки ротовой полости. Язык. Мягкое небо. Зев. Кольцо Пирогова. Слюнные железы.
6. Глотка, её положение и строение.
7. Лимфоидное глоточное кольцо.
8. Механизм акта глотания. Мышцы глотки.
9. Слюнные железы, их расположение и функции.
10. Печень. Её положение и проекция на наружную поверхность тела человека.
11. Особенности кровоснабжения печени.
12. Желчный пузырь, его положение, строение и функции.
13. Общая характеристика органов дыхания.
14. Дыхательные пути и легкие.
15. Полость носа. Носовые ходы, их строение и функциональное значение.
16. Глотка как воздухоносный путь.
17. Трахея и бронхи.
18. Принцип образования бронхиального дерева.
19. Функциональное значение гортани и ее хрящей.
20. Функции легких и механизм газообмена в легких. Ацинус.
21. Функции легких и механизм газообмена в легких. Ацинус.

Тема 2: Анатомия выделительной и репродуктивной систем

Цель: Формирование у студентов знаний о структуре, строении и функции выделительной и репродуктивной систем, их морфофункциональной перестройке в процессе постнатального онтогенеза.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Мочеполовая система. Мочевые органы. Происхождение. Функциональное значение органов выделения. Общий обзор мочевых органов. Внутреннее строение почки: корковое и мозговое вещество. Сегменты почки. Строение нефрона. Особенности кровоснабжения почки.

Чудесная артериальная сеть.

Механизм образования мочи (первичной и вторичной). Особенности строения стенки мочевыводящих путей. Почка, положение и форма, почечные ворота и почечная пазуха. Внутреннее строение почки - корковое и мозговое вещество; строение нефрона и его функциональное значение. Фиксирующий аппарат почки. Почечная лоханка и мочеточник, их положение, строение и функция; мочевой пузырь, его положение, строение и функция.

Мужские половые органы: яичко, придаток, семявыносящий проток, семенной канатик, семенной пузырек, предстательная железа, семявыбрасывающий проток - их положение, строение и функциональное значение.

Женские половые органы, их состав, строение и функциональное значение. Матка, маточные трубы. Яичник, его положение и функциональное значение. Связочный аппарат матки.

Вопросы для самоподготовки:

1. Мочеполовая система.
2. Внутреннее строение почки: корковое и мозговое вещество.
3. Сегменты почки. Строение нефрона.
4. Особенности строения стенки мочевыводящих путей.
5. Почка, положение и форма, почечные ворота и почечная пазуха.
6. Строение нефрона и его функциональное значение.
7. Фиксирующий аппарат почки.
8. Почечная лоханка и мочеточник, их положение, строение и функция; мочевой пузырь, его положение, строение и функция.
9. Строение женской репродуктивной системы.
10. Строение мужской репродуктивной системы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 5

Примерные темы рефератов:

1. Пищеварительный тракт. Общая характеристика органов пищеварительной системы и её функциональное значение.
2. Пищеварительный канал, пищеварительные железы.
3. Полость рта. Преддверие рта: ротовая щель, стенки преддверия рта.
4. Зубы. Молочные и постоянные зубы, их строение.
5. Собственно, полость рта. Стенки ротовой полости. Язык. Мягкое небо. Зев. Кольцо Пирогова. Слюнные железы.
6. Глотка, её положение и строение.
7. Лимфоидное глоточное кольцо.
8. Механизм акта глотания. Мышцы глотки.
9. Слюнные железы, их расположение и функции.
10. Печень. Её положение и проекция на наружную поверхность тела человека.
11. Особенности кровоснабжения печени.

12. Желчный пузырь, его положение, строение и функции.
13. Общая характеристика органов дыхания.
14. Дыхательные пути и легкие.
15. Полость носа. Носовые ходы, их строение и функциональное значение.
16. Глотка как воздухоносный путь.
17. Трахея и бронхи.
18. Принцип образования бронхиального дерева.
19. Функциональное значение гортани и ее хрящей.
20. Функции легких и механизм газообмена в легких. Ацинус.
21. Функции легких и механизм газообмена в легких. Ацинус.
22. Мочеполовая система.
23. Внутреннее строение почки: корковое и мозговое вещество.
24. Сегменты почки. Строение нефрона.
25. Особенности строения стенки мочевыводящих путей.
26. Почка, положение и форма, почечные ворота и почечная пазуха.
27. Строение нефрона и его функциональное значение.
28. Фиксирующий аппарат почки.
29. Почечная лоханка и мочеточник, их положение, строение и функция; мочевой пузырь, его положение, строение и функция.
30. Строение женской репродуктивной системы.
31. Строение мужской репродуктивной системы.

Рубежный контроль раздела 5.:

форма рубежного контроля – контрольная работа

СТРОЕНИЕ ВНУТРЕННИХ ОРГАНОВ И СИСТЕМ

Раздел 6. Лимфология, Эндокринология

Тема 1: Анатомия кровеносной системы.

Цель: Формирование у студентов знаний о структуре, строении и функции кровеносной системы, её морфофункциональной перестройке в процессе постнатального онтогенеза.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Общий обзор сосудистой системы. Функции кровеносной системы. Классификация сосудов. Строение стенок кровеносных сосудов. Отличия артерий и вен. Артерии мышечного и эластического типов. Внеорганные и внутриорганные сосуды. Капилляры. Пути микроциркуляции крови: артериола, прекапилляр, капилляр, посткапилляр и вынута. Круги кровообращения и их функциональное значение: большой, малый, сердечный. Общие закономерности хода и ветвлений артерий. Формирование венозного русла. Функции внутриорганного кровообращения. Венозные синусы. Понятие об анастомозах и коллатеральном кровообращении.

Сердце. Форма, положение, поверхности, края и границы сердца. Фиброзный остов сердца. Мышечная ткань сердца, её отличия от скелетной мускулатуры. Кардиомиоцит и его структурные компоненты, регенерация кардиомиоцитов. Строение стенки сердца: эндокард, миокард, эпикард, перикард. Особенности строения миокарда предсердий и желудочков. Отделы сердца – предсердия и желудочки, их строение и функции. Правое и левое предсердно-желудочковые отверстия. Клапанный аппарат сердца, его положение, строение и функции. Сосочковые мышцы и сухожильные струны. Сосуды, выносящие кровь из сердца (аорта и легочный ствол). Сосуды, приносящие кровь в сердце (верхняя и нижняя полые вены). Кровоснабжение и иннервация сердца. Характеристика специфической (проводящей импульсы) мышечной ткани сердца. Проводящая система и её функциональное значение.

Вопросы для самоподготовки:

1. Функции кровеносной системы.
2. Классификация сосудов.
3. Строение стенок кровеносных сосудов.
4. Внеорганные и внутриорганные сосуды.
5. Круги кровообращения и их функциональное значение: большой, малый, сердечный.
6. Общие закономерности хода и ветвлений артерий.
7. Формирование венозного русла.
8. Сердце. Форма, положение, поверхности, края и границы сердца.
9. Мышечная ткань сердца, её отличия от скелетной мускулатуры.
10. Строение стенки сердца: эндокард, миокард, эпикард, перикард.
11. Особенности строения миокарда предсердий и желудочков.
12. Отделы сердца – предсердия и желудочки, их строение и функции.

Раздел 7. Ангиология. Иммунная система. Эндокринная система.

Цель: Формирование у студентов знаний о структуре, строении и функции иммунной и эндокринной систем, их морфофункциональные перестройки в процессе постнатального онтогенеза.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Органы иммуногенеза. Вилочковая железа, её расположение, строение и функции; красный костный мозг; селезенка, её расположение, внешнее и внутреннее строение. Кровоснабжение и функции этих органов. Их участие в иммунитете. Миндалины, групповые и одиночные лимфатические узелки, их местонахождение, строение и функции.

Общий обзор лимфатической системы и её функции. Функциональная связь лимфатической системы с кровеносной. Отличие этих систем. Лимфатические капилляры. Лимфатические сосуды, лимфатические стволы и лимфатические протоки, особенности их строения и функции. Грудной проток и правый лимфатический проток, их положение и строение.

Лимфатические узлы. Лимфатические сосуды и узлы отдельных областей тела: головы и шеи, верхней конечности, нижней конечности, области таза и туловища. Строение лимфатического узла. Состав лимфы, её продвижение. Значение знаний лимфатической системы для теории и практики массажа. Функциональное значение органов иммуногенеза. Лимфатические узлы.

Характеристика эндокринной системы. Отличие желез внутренней секреции от внешней. Регуляция функций организма и общее понятие о нейроэндокринных связях (гипоталамо-гипофизарная система). Общая характеристика действий гормонов. Классификация желез эндокринной системы. Эмбриогенез различных желез. Функции конкретных гормонов в организме человека. Влияние гормонов на рост и развитие детей и подростков. Возрастные изменения эндокринных органов. Влияние физических нагрузок на деятельность органов внутренней секреции.

Вопросы для обсуждения:

1. Органы иммуногенеза.
2. Вилочковая железа, её расположение, строение и функции;
3. Красный костный мозг;
4. Селезенка, её расположение, внешнее и внутреннее строение.
5. Миндалины, групповые и одиночные лимфатические узелки, их местонахождение, строение и функции.
6. Общий обзор лимфатической системы и её функции.
7. Лимфатические капилляры.
8. Лимфатические сосуды, лимфатические стволы и лимфатические протоки, особенности их строения и функции.
9. Грудной проток и правый лимфатический проток, их положение и строение. Лимфатические узлы.
10. Строение лимфатического узла. Состав лимфы, её продвижение.
11. Характеристика желез внутренней секреции.
12. Отличие желез внутренней секреции от желез внешней секреции.
13. Гормоны. Характеристика. Классификация.
14. Механизм действия отдельных гормонов.
15. Значение гипоталамуса и гипофиза в регуляции деятельности эндокринной системы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 7.

Примерные темы рефератов:

1. Сердце. Форма, положение, поверхности, края и границы сердца.
2. Мышечная ткань сердца, её отличия от скелетной мускулатуры.
3. Строение стенки сердца: эндокард, миокард, эпикард, перикард.
4. Особенности строения миокарда предсердий и желудочков.
5. Органы иммуногенеза.
6. Вилочковая железа, её расположение, строение и функции;
7. Красный костный мозг;
8. Селезенка, её расположение, внешнее и внутреннее строение.
9. Миндалины, групповые и одиночные лимфатические узелки, их местонахождение, строение и функции.
10. Общий обзор лимфатической системы и её функции.
11. Лимфатические капилляры.
12. Лимфатические сосуды, лимфатические стволы и лимфатические протоки, особенности их строения и функции.
13. Грудной проток и правый лимфатический проток, их положение и строение. Лимфатические узлы.

14. Строение лимфатического узла. Состав лимфы, её продвижение.
15. Характеристика желез внутренней секреции.
16. Отличие желез внутренней секреции от желез внешней секреции.
17. Гормоны. Характеристика. Классификация.
18. Механизм действия отдельных гормонов.
19. Значение гипоталамуса и гипофиза в регуляции деятельности эндокринной системы.

Рубежный контроль раздела 7.:

форма рубежного контроля – контрольная работа

Раздел 8. Неврология, Эстеziология

Тема 1: Нервная система

Цель: Формирование у студентов знаний о структуре, строении и функции нервной системы, её морфофункциональной перестройке в процессе постнатального онтогенеза.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Общий план строения и классификации нервной системы. Интегрирующая и координирующая - функции нервной системы. Отделы и функциональное значение центральной и периферической нервной системы. Нейрон как структурно-функциональная единица нервной системы. Классификация нейронов. Классификация рецепторов. Анатомия рефлекторной дуги. Понятие об анализаторе и сенсорных системах. Общий принцип сенсорно-моторной иннервации мышцы.

Спинальный мозг Положение и строение спинного мозга. Сегмент спинного мозга и его составные элементы. Оболочки спинного мозга: твердая, паутинная, сосудистая. Пространства между оболочками и их характеристика. Фиксирующий аппарат спинного мозга.

Структурно-функциональная организация головного мозга. Общий план строения головного мозга. Его отделы. Система желудочков мозга и оболочки мозга. Циркуляция спинномозговой жидкости.

Кора полушарий и её строение. Локализация корковых концов анализаторов в коре мозга. Функциональное значение коры. Базальные ядра основания мозга, их положение и функциональное значение. Боковые желудочки мозга, их сообщения. Сосудистые сплетения желудочков. Спинномозговая жидкость. Мозолистое тело. Оболочки мозга.

Теоретическая анатомия проводящих путей центральной нервной системы. Чувствительные пути. Проводящие пути ЦНС и их участие в формировании рефлекторных дуг. Классификация чувствительных проводящих путей. Ассоциативные, комиссуральные и проекционные пути.

Общая характеристика вегетативной нервной системы. Ее роль в регуляции функций организма. Части вегетативной нервной системы.

Морфофункциональные отличия вегетативной нервной системы (симпатической и парасимпатической) от соматической. Симпатическая часть вегетативной (автономной) нервной системы. Парасимпатическая часть вегетативной нервной системы. Адаптационно-трофическая функция вегетативной нервной системы и её значение для спортсменов; регуляции постоянства внутренней среды (гомеостаза) во взаимодействии с эндокринными и гуморальными влияниями.

Вопросы для самоподготовки:

1. Общий план строения и классификации нервной системы.
2. Отделы и функциональное значение центральной и периферической нервной системы.
3. Нейрон как структурно-функциональная единица нервной системы. Классификация нейронов.
4. Спинной мозг. Оболочки спинного мозга: твердая, паутинная, сосудистая. Пространства между оболочками и их характеристика.
5. Структурно-функциональная организация головного мозга.
6. Система желудочков мозга и оболочки мозга.
7. Кора полушарий и её строение.
8. Базальные ядра основания мозга, их положение и функциональное значение. Оболочки мозга.
9. Теоретическая анатомия проводящих путей центральной нервной системы.
10. Проводящие пути ЦНС и их участие в формировании рефлекторных дуг. Классификация чувствительных проводящих путей.
11. Ассоциативные, комиссуральные и проекционные пути.
12. Общая характеристика вегетативной нервной системы. Ее роль в регуляции функций организма. Части вегетативной нервной системы.
13. Морфофункциональные отличия вегетативной нервной системы (симпатической и парасимпатической) от соматической.
14. Симпатическая часть вегетативной (автономной) нервной системы. Парасимпатическая часть вегетативной нервной системы.

Тема 2: Система органов чувств

Цель: Формирование у студентов знаний о структуре, строении и функции системы органов чувств, её морфофункциональной перестройке в процессе постнатального онтогенеза.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Морфофункциональная характеристика органов чувств. Значение учения И.П. Павлова в развитии морфологических знаний об анализаторах. Схема строения анализатора (сенсорной системы). Функциональное единство периферической, проводниковой и корковой частей анализатора.

Орган зрения. Глазное яблоко и его оболочки: фиброзная, сосудистая и сетчатая, их строение и функциональное значение. Рецепторный аппарат сетчатки. Камеры глазного яблока. Прозрачные (светопреломляющие) среды глаза. Водянистая влага, хрусталик, стекловидное тело. Аккомодационный аппарат глаза. Вспомогательные аппараты глаза: мышцы, веки, конъюнктивы и слезный аппарат. Сосуды и нервы глазного яблока. Ход зрительной информации.

Преддверно-улитковый орган. Наружное ухо: ушная раковина, наружный слуховой проход, барабанная перепонка. Среднее ухо: барабанная полость, слуховые косточки, слуховая труба, ячейки сосцевидного отростка.

Внутреннее ухо: костный и перепончатый лабиринты. Вестибулярный аппарат. Рецепторы, проводящие пути и центры вестибулярного анализатора. Значение вестибулярного аппарата в движениях спортсмена. Звукопроводящий и звуковоспринимающий аппараты. Спиральный орган. Механизм восприятия звука. Ход слуховой информации: рецепторы, проводящие пути, корковые и подкорковые центры слухового анализатора.

Вопросы для обсуждения:

1. Строение анализатора зрения.
2. Строение анализатора слуха.
3. Строение вестибулярного анализатора.

4.Строение кожного анализатора.

5.Строение анализатора вкуса.

6.Строение анализатора обоняния.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 8.

Темы рефератов к разделу:

1. Общий план строения и классификации нервной системы.
2. Отделы и функциональное значение центральной и периферической нервной системы.
3. Нейрон как структурно-функциональная единица нервной системы. Классификация нейронов.
4. Спинной мозг. Оболочки спинного мозга: твердая, паутинная, сосудистая. Пространства между оболочками и их характеристика.
5. Структурно-функциональная организация головного мозга.
6. Система желудочков мозга и оболочки мозга.
7. Кора полушарий и её строение.
8. Базальные ядра основания мозга, их положение и функциональное значение. Оболочки мозга.
9. Теоретическая анатомия проводящих путей центральной нервной системы.
10. Проводящие пути ЦНС и их участие в формировании рефлекторных дуг. Классификация чувствительных проводящих путей.
11. Ассоциативные, коммисуральные и проекционные пути.
12. Общая характеристика вегетативной нервной системы. Ее роль в регуляции функций организма. Части вегетативной нервной системы.
13. Морфофункциональные отличия вегетативной нервной системы (симпатической и парасимпатической) от соматической.
14. Симпатическая часть вегетативной (автономной) нервной системы. Парасимпатическая часть вегетативной нервной системы.
15. Строение анализатора зрения.
16. Строение анализатора слуха.
17. Строение вестибулярного анализатора.
18. Строение кожного анализатора.
19. Строение анализатора обоняния.

Рубежный контроль раздела 8.:

форма рубежного контроля – доклад

Темы докладов к разделу:

1. Пищеварительный тракт. Общая характеристика органов пищеварительной системы и её функциональное значение.
2. Пищеварительный канал, пищеварительные железы.
3. Полость рта. Преддверие рта: ротовая щель, стенки преддверия рта.
4. Зубы. Молочные и постоянные зубы, их строение.
5. Собственно полость рта. Стенки ротовой полости. Язык. Мягкое небо. Зев. Кольцо Пирогова. Слюнные железы.
6. Глотка, её положение и строение.

7. Лимфоидное глоточное кольцо.
8. Дыхательные пути и легкие.
9. Полость носа. Носовые ходы, их строение и функциональное значение.
10. Глотка как воздухоносный путь.
11. Трахея и бронхи.
12. Принцип образования бронхиального дерева.
 1. Внеорганные и внутриорганные сосуды.
 2. Круги кровообращения и их функциональное значение: большой, малый, сердечный.
 3. Общие закономерности хода и ветвлений артерий.
 4. Формирование венозного русла.
 5. Классификация сосудов.
 6. Строение стенок кровеносных сосудов.
 7. Лимфатические сосуды и узлы отдельных областей тела (по Д.А. Жданову): головы и шеи, верхней конечности, нижней конечности, области таза и туловища.
 8. Значение знаний лимфатической системы для теории и практики массажа.
 9. Возрастные изменения эндокринных органов.
 10. Фиксирующий аппарат спинного мозга.
 11. Функциональное значение коры головного мозга.

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является **дифференцированный зачет, экзамен**, который проводится в **устной** форме.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
ОПК-1	Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей	Знать: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения, - влияние нагрузок разной направленности на	Этап формирования знаний

	<p>занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - структуру построения занятий, формы и способы планирования; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию, классификацию,</p>	
--	--	--	--

		<p>принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и способы оценки результатов обучения; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;- средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки.</p>	
		<p>Уметь: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение, подбирать методику проведения на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>	
		<p>Владеет опытом: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>	
ОПК – 9.	<p>Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p>Знает: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля, методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные</p>	Этап формирования знаний

		<p>требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования;</p> <p>- систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p>	
		<p>Умеет: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС.</p>	
		<p>Владеет: - проведением антропометрических измерений; - применением методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализом биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владеет приемами и методами устранения метаболизма обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применением методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контролем за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применением базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведением тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализом и</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

	интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС.	
--	---	--

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
ОПК-1; ОПК-9	Этап формирования знаний.	<p>Теоретический блок вопросов.</p> <p>Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал</p>	<p>1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок: [9-10] баллов;</p> <p>2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения: [8-9) баллов;</p> <p>3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала: (6-8) баллов;</p> <p>4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки: [0-6] баллов.</p>

ОПК-1; ОПК-9	Этап формирования умений	<p>Аналитическое задание <i>доклады, рефераты, контрольные работы</i>)</p> <p>Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10] баллов;</p> <p>2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов;</p>
ОПК-1; ОПК-9	Этап формирования навыков и получения опыта.	<p>Аналитическое задание (<i>доклады, рефераты, контрольные работы</i>)</p> <p>Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.</p>	<p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов;</p> <p>4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6] баллов.</p>

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Теоретический блок вопросов:

Анатомия человека

РАЗДЕЛ 1-2

1. Строение кости как органа.
2. Рост костей в длину и толщину.
3. Отделы скелета человека.

4. Классификация соединений костей.
5. Кости черепа и их соединение.
6. Кости туловища и их соединение.
7. Кости верхней конечности и их соединение.
8. Кости нижней конечности и их соединение.
9. Общий план строения сустава.
10. Классификация суставов.
11. Добавочные образования суставов и их функциональные значения.
12. Факторы укрепления сустава.
13. Факторы, влияющие на подвижность в суставе.
14. Плечевой сустав. Строение костей, образующих сустав. Мышцы, участвующие в движении плеча.
15. Локтевой сустав. Суставы, образующие локтевой сустав, и мышцы, участвующие в движении предплечья.
16. Лучезапястный сустав. Кости, образующие сустав. Мышцы, участвующие в движении кисти.
17. Тазобедренный сустав. Строение костей, образующих сустав. Мышцы, участвующие в движении бедра.
18. Коленный сустав. Строение костей, образующих сустав. Мышцы, участвующие в движении голени.
19. Особенности строения суставов и связочного аппарата стопы.
20. Позвоночный столб. Строение и функциональное значение.
21. Соединения позвоночного столба.
22. Искривления (сколиозы) позвоночного столба, их формирование и функциональное значение.

Анатомия человека

РАЗДЕЛ 3-5

23. Классификация мышц.
24. Мышцы головы и шеи.
25. Мышцы, участвующие в движении верхней конечности.
26. Мышцы, участвующие в движении бедра и голени.
27. Мышцы, участвующие в движении стопы.
28. Мышцы, участвующие в движении туловища.
29. Мышцы, образующие брюшной пресс. Функциональное значение брюшного пресса.
30. Дыхательные мышцы. Строение и функции диафрагмы.

Анатомия человека

РАЗДЕЛ 6-8

31. Отделы пищеварительного тракта и особенности строения стенки каждого отдела.
32. Строение стенки полого внутреннего органа.
33. Отделы толстого кишечника. Отличие толстого кишечника от тонкого по строению.
34. Функции почки. Структурно-функциональная единица почки.
35. Особенности строения стенки воздухоносных путей.
36. Строение легких и гортани.
37. Классификация сосудов и строение их стенок.
38. Строение артерий. Области кровоснабжения ее частей (восходящей, дуги и нисходящей).

39. Система верхней поллой вены.
40. Система воротной зоны.
41. Глубокие и поверхностные вены верхней и нижней конечностей.
42. Сердце. Его отделы, строение и функции. Клапаны сердца.
43. Круги кровообращения и их функциональное значение.
44. Сосуды, отходящие от дуги аорты и области их кровоснабжения.
45. Камеры сердца и их связь с кругами кровообращения.
46. Лимфатическая система, строение и функция.
47. Эндокринная система. Гуморальная регуляция функций организма.
48. Классификация нервной системы по топографическому и функциональному принципам.
49. Классификация нейронов, их строение и функция. Классификация рецепторов.
50. Строение спинного мозга и его функции.
51. Отделы головного мозга. Желудочки головного мозга и их топография.
52. Строение продолговатого и заднего мозга.
53. Строение среднего и промежуточного мозга.
54. Строение конечного мозга и его функции.
55. Общая характеристика и классификация двигательных путей центральной нервной системы.
56. Общая характеристика и классификация чувствительных путей центральной нервной системы.
57. Спинно-мозговые и черепные нервы.
58. Анатомия вегетативной нервной системы.
59. Функциональная анатомия органа зрения.
60. Функциональная анатомия преддверно-улиткового органа.

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата/магистратуры/специалитета в Российском государственном социальном университете и Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для зачета с оценкой, экзамену и системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

1. Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 1 организм человека, его регуляторные и интегративные системы: учебник для академического бакалавриата / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 447 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-3976-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/497802>

2. Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 2 опорно-двигательная и висцеральные системы: учебник для академического бакалавриата / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 372 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-3869-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/507815>

5.1.2. Дополнительная литература

1. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры: учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 224 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04492-8. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492669>

2. Замаараев, В. А. Анатомия: учебное пособие для вузов / В. А. Замаараев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 268 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07276-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491438>

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся учебной дисциплины «Анатомия человека» (Модуль «Блок 1») предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров и практических занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения учебной дисциплины и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программой учебной дисциплины, доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач лабораторной работы/практического занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач, ознакомление с правилами техники безопасности при работе в лаборатории;

– самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной учебной программой тематики.

Обработка, обобщение полученных результатов выполненной работы проводится обучающимися самостоятельно или под руководством преподавателя (в зависимости от степени сложности поставленных задач). В результате оформляется индивидуальный отчет. Подготовленная к сдаче на контроль и оценку работа сдается преподавателю. Форма отчетности может быть письменная, устная или две одновременно. Главным результатом в данном случае служит получение положительной оценки по каждому практическому занятию. Это является необходимым условием при проведении рубежного контроля и допуска к экзамену. При получении неудовлетворительных результатов обучающийся имеет право в дополнительное время передать преподавателю работу до проведения промежуточной аттестации.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Более подробная информация о самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы по дисциплине (Модуль «Блок 1»)\», «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (Модуль «Блок 1.»).

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7
2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic
3. Справочная система Консультант+
4. Okular или Acrobat Reader DC
5. Ark или 7-zip
6. SKY DNS
7. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Научная электронная библиотека	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки,	http://elibrary.ru/

	eLIBRARY.ru	технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения учебной дисциплины «Анатомия человека» Модуль «Блок 1»), в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» используются:

Учебная аудитория для занятий лекционного типа оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), а также наглядными пособиями (12 пособий - мышечная система, 15 - внутренние органы, 10 - с различными нозологиями, 10 - строение анализаторов), муляжами (2 – скелета, набор всех костей, 2 муляжа – головной мозг, 3 муляжа – сердце, 1 муляж – желудок, 1 муляж – мочевой пузырь, 1 муляж – почка и др.), схемами – большого и малого круга кровообращения, 2-ва световых микроскопа (с препаратами) и др.

Учебная аудитория для занятий семинарского типа: оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), а также наглядными пособиями (12 пособий - мышечная система, 15 - внутренние органы, 10 - с различными нозологиями, 10 - строение анализаторов), муляжами (2 – скелета, набор всех костей, 2 муляжа – головной мозг, 3 муляжа – сердце, 1 муляж – желудок, 1 муляж – мочевой пузырь, 1 муляж – почка и др.), схемами – большого и малого круга кровообращения, 2-ва световых микроскопа (с препаратами) и др.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть Интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

5.6. Образовательные технологии

При реализации учебной дисциплины «Анатомия человека» Модуль "Блок 1", применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение учебной дисциплины «Анатомия человека» Модуль " Блок 1", предусматривает использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий в форме разбора конкретных ситуаций, психологических тренингов в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

При освоении учебной дисциплины «Анатомия человека» Модуль " Блок 1." предусмотрено применение электронного обучения.

Учебные часы дисциплины «Анатомия человека», Модуль " Блок 1." предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках учебной дисциплины «Анатомия человека», Модуль " Блок 1" предусмотрены встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых связана с *направленностью* реализуемой основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1	Утверждена и введена в действие решением Ученого Совета факультета физической культуры на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. №940 и приказом Министерства науки и высшего образования от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные образовательные стандарты высшего образования»	Протокол заседания Ученого совета факультета № 10 от «01» июня 2022 года	01.09.2022



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«03» июня 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Теория и методика физической культуры и спорта (МОДУЛЯ)

Направление подготовки
«Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА**

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Теория и методика физической культуры и спорта (модуля)» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата 49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

- 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;
- 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;
- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»;
- 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»;
- 05.012 Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»

Рабочая программа учебной дисциплины разработана рабочей группой в составе: кандидат педагогических наук, доцент факультета физической культуры РГСУ Правдов Д.М. кандидат педагогических наук, доцент факультета физической культуры РГСУ Петрова М.А.

Руководитель основной профессиональной образовательной программы к.п.н., доцент

Петрова М. А.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Блок 1 модуля) обсуждена и утверждена на Ученом совете факультета физической культуры. Протокол № 10 от «01» июня 2022 года
(наименование факультета)

Декан факультета физической культуры, доктор педагогических наук, доцент

Махов Александр Сергеевич

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (модуля) рекомендована к утверждению представителями организаций-работодателей *(при совместной разработке или разработке по заказу)*:

Автономная некоммерческая организация «Профессиональный клуб женской гимнастики «Олимпия», Президент, тренер-преподаватель по спорту

Л.Н. Ступаченко

(подпись)

Рабочая программа учебной дисциплины рецензирована и рекомендована к утверждению:

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и адаптивной физической культуры Шуйского филиала ИвГУ

Е. А. Осокина

(подпись)

Кандидат педагогических наук, доцент, доцент факультета физической культуры РГСУ

Е. Н. Латушкина

(подпись)

Согласовано
Научная библиотека, директор

И.Г. Маляра

(подпись)

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы <i>бакалавриата</i>	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	4
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	14
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	14
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	15
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	21
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	21
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	23
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	49
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	49
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	49
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	56
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	58
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	61
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	61
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	61
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	62
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	62
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	64
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	65
5.6 Образовательные технологии	65
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	67

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Целью учебной дисциплины «Теория и методика физической культуры и спорта» приобретение студентами основ теоретических знаний, соотнесенные с общими целями образовательной программы, с последующим применением навыков на практике, а также использования современных отношений педагогической, тренерской, организационно-методической деятельности в области физического воспитания и спортивной тренировки., ознакомление и овладение широким спектром методов и методических подходов для оценки качества тренировочного процесса в спорте и физической культуре.

Задачи учебной дисциплины.

- усвоение знаний о сущности, структуре теории и методики физической культуры и спорта;
- формирование представлений о содержании, формах, особенностях теории и методики физической культуры и спорта;
- развитие навыков и организация физической культуры и спортивной тренировки

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы бакалавриата

Дисциплина (модуль) «Теория и методика физической культуры и спорта (модуля)» реализуется в *обязательной* части основной образовательной программы по направлению подготовки «49.03.01 Физическая культура» очной, заочной формам обучения.

Изучение дисциплины (модуля) «Теория и методика физической культуры и спорта (модуля)» базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися ранее в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): «Философия(модуля)», «История (модуля)».

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной (модулем):

- Проектная деятельность

- История физической культуры и спорта

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: ОПК-2; ОПК-9; ОПК-14; ОПК-15, в соответствии с основной профессиональной образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
-----------------------	-----------------	--------------------------	--	---------------------

Спортивный отбор	ОПК-2	Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	<p>ОПК – 2.2. - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; - проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов; - определять анатомо-физиологические показатели физического развития человека; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом; - определять показатели и критерии начального отбора в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования в ИВС; - использовать методики и средства</p>	<p>Знать: - значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации»; - критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности (морфологические подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные, спортивно-интегративные подходы); - особенности сведения воедино разнородных диагностических данных о спортивной предрасположенности; - особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса; - особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов; - анатомо-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы и оздоровительной направленности; - механические характеристики тела человека и его движений; - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - научно-методические основы спортивной ориентации и начального отбора в ИВС; - особенности детей, одаренных в ИВС; -</p>
------------------	-------	---	--	--

		<p>оценки перспективности спортсмена в ИВС по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию;</p> <p>- использовать методики оценки уровня достаточной мотивации и психологической готовности для активного продолжения занятий ИВС.</p>	<p>методики массового и индивидуального отбора в ИВС.</p> <p>Уметь: - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; - проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов; - определять анатомо-физиологические показатели физического развития человека; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом; - определять показатели и критерии начального отбора в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования в ИВС; - использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена в ИВС по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию; - использовать методики оценки уровня достаточной мотивации и психологической готовности для активного продолжения занятий ИВС.</p> <p>Владеть опытом: - проведения антропометрических измерений для оценки физического развития; -</p>
--	--	---	--

				<p>проведения оценки функционального состояния человека; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта; - обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - выявление наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования; - проведение набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации.</p>
Контроль и анализ	ОПК-9	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	ОПК-9.2. - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью	Знать: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных

			<p>методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; – оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; -</p>	<p>физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ</p>
--	--	--	---	--

		<p>планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами;</p>	<p>по физической культуре; - методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС. Уметь: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; - оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; -</p>
--	--	---	---

				<p>подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; Владеть опытом - проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения</p>
--	--	--	--	---

				тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС.
Организационно-методическое обеспечение	ОПК-14	Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	ОПК-14.2. - изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта; - определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - анализировать проведенные занятия по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; - анализировать проведенные занятия по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности.	Знать: - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; - требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); - федеральные государственные требования к реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта; - содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии; - основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой

				<p>работы в физкультурно-спортивной организации; - показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p> <p>Уметь: - изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта; - определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - анализировать проведенные занятия по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; - анализировать проведенные занятия по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности.</p> <p>ОПК-14.3. Имеет опыт - проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки, ИВС; - разработки методического обеспечения тренировочного процесса; - планирования</p>
--	--	--	--	--

				информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера.
Материально-техническое обеспечение	ОПК – 15.	Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий	ОПК-15.2. - разъяснять правила поведения в помещении спортивного сооружения и на его территории; - разрабатывать план модернизации оснащения спортивного зала, выбирать оборудование; - использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по базовым видам спорта; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - использовать шаблоны и образцы для проверки спортивных снарядов, инвентаря, оборудования по размерам, массе и иным нормируемым физическим характеристикам.	Знать: - историю строительства спортивных сооружений; - классификацию спортивных сооружений; - особенности спортивных сооружений для различных видов спорта; - состав спортивных сооружений, их габариты, разметку, пропускную способность; - правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; - параметры и оборудование различных спортивных объектов; - расположение зрительских мест на трибунах; - расположение помещений и устройства для судей и прессы; - устройство и классификации сооружений для лёгкой атлетики; для плавательных бассейнов; для конькобежного спорта, хоккея, фигурного катания, шорт-трека; для игровых видов спорта; для гребного, парусного, конного спорта, велотреков; для тира, стенда, стрельбища; для лыжного спорта; для спортсооружений инвалидов; - требования к экипировке, спортивному инвентарю; - способы проверки наличия и качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря и оборудования. Уметь: - разъяснять правила поведения в помещении спортивного сооружения и на его территории; - разрабатывать план модернизации оснащения спортивного зала, выбирать оборудование; - использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по базовым видам спорта; - выявлять

				<p>неисправности спортивных объектов и инвентаря; - использовать шаблоны и образцы для проверки спортивных снарядов, инвентаря, оборудования по размерам, массе и иным нормируемым физическим характеристикам.</p> <p>Владеть опытом - проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия с использованием инвентаря и оборудования;</p> <p>- участия в судействе соревнований; - составления плана материально-технического обеспечения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; - проведения разъяснительной беседы по бережному отношению к имуществу, правилам поведения на спортивном сооружении, правилам использования оборудования и инвентаря.</p>
--	--	--	--	---

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 6 зачетных единиц.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		1	2		
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	108	54	54		
Учебные занятия лекционного типа	24	12	12		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Практические занятия	36	18	18		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Лабораторные занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Иная контактная работа	48	24	24		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					

Самостоятельная работа обучающихся	63	45	18		
Контроль промежуточной аттестации	45	9	36		
Форма промежуточной аттестации		диф.з ачет	экзамен		
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	216	108	108		

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 2		Курс 2	
		Сессия 1-2	Сессия 3-4	Сессия 1-2	Сессия 3-4
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	48	24	24		
Учебные занятия лекционного типа	12	8	4		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Практические занятия	12	4	8		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Лабораторные занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Иная контактная работа	24	12	12		
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Самостоятельная работа обучающихся	155	80	75		
Контроль промежуточной аттестации	13	4	9		
Форма промежуточной аттестации		диф.з ачет	экзамен		
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	216	108	108		

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа
Модуль 1 (Семестр 1)										
Раздел 1. Общие основы теории физической культуры	34	16	18	4		6				8
Тема 1.1. Физическая культура как социальное явление.	12	6	6			2				4
Тема 1.2. Функции физической культуры в обществе.	10	4	6	2		2				2
Тема 1.3. Методологические основы научных исследований в теории физической культуры.	12	6	6	2		2				2
Раздел 2. Характеристика базовых средств физического воспитания	32	14	18	4		6				8
Тема 2.1. Характеристика базовых средств физического воспитания.	16	6	10	4		2				4
Тема 2.2. Общепедагогические и специфические методы физического воспитания.	16	8	8			4				4
Раздел 3. Характеристика базовых принципов в физическом воспитании	33	15	18	4		6				8
Тема 3.1. Физическая нагрузка в системе занятий физическими упражнениями.	15	7	8			4				4
Тема 3.2. Общепедагогические и специфические принципы, используемые в физическом воспитании.	18	8	10	4		2				4
Контроль промежуточной аттестации (час)	9									
Общий объем, часов	99	45	54	12		18				24
Форма промежуточной аттестации	<i>Диф. зачет</i>									
Модуль 2 (Семестр 2)										

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов											
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками									
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки	
Раздел 4. Теоретико-методические основы развития физических качеств	24	6	18	4			6				8	
Тема 4.1. Физические качества и закономерности их развития.	6	2	4				2				2	
Тема 4.2. Сила и быстрота как физическое качество человека.	6	2	4				2				2	
Тема 4.3. Выносливость и гибкость как физическое качество.	6		6	2			2				2	
Тема 4.4. Ловкость и координация как психофизические способности, лежащие в основе управления двигательными действиями	6	2	4	2							2	
Раздел 5. Физическая культура в системе образования	24	6	18	4			6				8	
Тема 5.1. Урок физической культуры как основная форма организации образовательного процесса	8	2	6	2			2				2	
Тема 5.2. Планирование как условие программно-методического сопровождения образовательного процесса по физической культуре.	8	2	6	2							4	
Тема 5.3. Основы контроля успеваемости учащихся по предмету физической культуры.	8	2	6				4				2	
Раздел 6. Общие основы теории спортивной тренировки	24	6	18	4			6				8	
Тема 6.1. Принципы спортивной тренировки.	8	4	4								4	

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Тема 6.2. Структурные основы спортивной тренировки	8	2	6			4				2	
Тема 6.3. Основы построения процесса спортивной тренировки	8		8	4		2				2	
Контроль промежуточной аттестации (час)	36										
Общий объем по модулю, часов	72	18	54	12		18				24	
Форма промежуточной аттестации	<i>экзамен</i>										

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Модуль 1 курс 2(Сессия 1-2)											
Раздел 1. Общие основы теории физической культуры	34	26	8	2		2				4	

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Тема 1.1. Физическая культура как социальное явление.	10	8	2							2	
Тема 1.2. Функции физической культуры в обществе.	12	8	4	2						2	
Тема 1.3. Методологические основы научных исследований в теории физической культуры.	12	10	2			2					
Раздел 2. Характеристика базовых средств физического воспитания	34	26	8	2		2				4	
Тема 2.1. Характеристика базовых средств физического воспитания.	18	14	4			2				2	
Тема 2.2. Общепедагогические и специфические методы физического воспитания.	16	12	4	2						2	
Раздел 3. Характеристика базовых принципов в физическом воспитании	36	28	8	4						4	
Тема 3.1. Физическая нагрузка в системе занятий физическими упражнениями.	18	14	4	2						2	
Тема 3.2. Общепедагогические и специфические принципы, используемые в физическом воспитании.	18	14	4	2						2	
Контроль промежуточной аттестации (час)						4					
Общий объем, часов	104	80	24	8		4				12	
Форма промежуточной аттестации										<i>Диф. зачет</i>	
Модуль 2 курс 2 (Сессия 3-4)											
Раздел 4. Теоретико-методические основы развития физических качеств	32	26	6			2				4	

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Тема 4.1. Физические качества и закономерности их развития.	8	6	2							2	
Тема 4.2. Сила и быстрота как физическое качество человека.	8	6	2							2	
Тема 4.3. Выносливость и гибкость как физическое качество.	8	6	2			2					
Тема 4.4. Ловкость и координация как психофизические способности, лежащие в основе управления двигательными действиями	8	8									
Раздел 5. Физическая культура в системе образования	34	24	10	2		4				4	
Тема 5.1. Урок физической культуры как основная форма организации образовательного процесса	10	8	2							2	
Тема 5.2. Планирование как условие программно-методического сопровождения образовательного процесса по физической культуре.	12	8	4	2		2					
Тема 5.3. Основы контроля успеваемости учащихся по предмету физической культуры.	12	8	4			2				2	
Раздел 6. Общие основы теории спортивной тренировки	33	25	8	2		2				4	
Тема 6.1. Принципы спортивной тренировки.	12	8	4	2		2					
Тема 6.2. Структурные основы спортивной тренировки	10	8	2							2	
Тема 6.3. Основы построения процесса спортивной тренировки	11	9	2							2	

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками									
		Самостоятельная работа	Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Контроль промежуточной аттестации (час)	9										
Общий объем, часов	99	75	24	4		8				12	
Форма промежуточной аттестации	<i>экзамен</i>										
Общий объем по дисциплине, часов	203	155	48	12		12				24	

РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1. семестр 1							
Раздел 1. Общие основы теории физической культуры	16	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	доклад	2	Компьютерное тестирование
Раздел 2. Характеристика базовых средств физического воспитания	16	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	Доклад	2	Компьютерное тестирование

Раздел 3. Характеристика базовых принципов в физическом воспитании	13	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	5	Доклад	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по семестру, часов	45	22		17		6	
Модуль 2. семестр 2							
Раздел 4. Теоретико-методические основы развития физических качеств	6	2	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	2	Доклад	2	Компьютерное тестирование
Раздел 5. Физическая культура в системе образования	6	2	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	2	Доклад	2	Компьютерное тестирование
Раздел 6. Общие основы теории спортивной тренировки	6	2	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	2	Реферат	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по модулю, часов	18	6		6		6	
Общий объем по дисциплине (модулю), часов	63	28		23		12	

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1. 2 курс (Сессия 1-2)							
Раздел 1. Общие основы теории физической культуры	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	доклад	2	Компьютерное тестирование

Раздел 2. Характеристика базовых средств физического воспитания	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Доклад	2	Компьютерное тестирование
Раздел 3. Характеристика базовых принципов в физическом воспитании	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	Доклад	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по семестру, часов	80	42		32		6	
Модуль 2. 2 курс (Сессия 3-4)							
Раздел 4. Теоретико-методические основы развития физических качеств	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Доклад	2	Компьютерное тестирование
Раздел 5. Физическая культура в системе образования	24	12	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Доклад	2	Компьютерное тестирование
Раздел 6. Общие основы теории спортивной тренировки	25	13	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Реферат	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по модулю, часов	75	39		30		6	
Общий объем по дисциплине (модулю), часов	155	81		62		12	

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)

МОДУЛЬ 1

Раздел 1. Общие основы теории физической культуры

Тема 1.1. Физическая культура как социальное явление.

Цель: Создать представление о физической культуре как социальном явлении, основных направлениях ее развития в обществе.

Элементы содержания. Физическая культура как системно-функционирующее явление, активно развивающееся в структуре культуры общества. Общность и различия физической

культуры с другими видами культуры. Потребность в физическом совершенстве как отличительный признак физической культуры и фактор ее развития.

Исторические истоки возникновения, становления и развития физической культуры, характеристика ее общекультурных и специфических (родовых) ценностей.

Двигательная деятельность как основа физической культуры, ее структурные компоненты и целевая направленность. Характеристика предметно-содержательного наполнения двигательной деятельности (информационный, операциональный и мотивационно-ценностный компонент).

Вопросы для самоподготовки:

1. Дать развернутую характеристику явлению «физическая культура», раскрыть общность и различия с другими явлениями культуры

2. Раскрыть истоки становления физической культуры, ее общекультурные и родовые ценности

3. Обосновать двигательную деятельность как процесс преобразования физической природы человека

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: доклад:

1. Физическая культура как социальное явление

2. Физическая культура как способ жизнедеятельности человека

3. Исторические истоки возникновения физической культуры

Тема 1.2. Функции физической культуры в обществе.

Цель: Создать представление о родовых и социальных функциях физической культуры, их связь с жизнедеятельностью современного человека

Элементы содержания. Понятие «функции» в гуманитарных и естественнонаучных дисциплинах. Понятие родовых и социальных функций физической культуры, их общность и различие.

Характеристика родовых функций физической культуры истоки становления и развития:

- телесно-ориентированная функция, как фактор удовлетворения потребности человека в формировании и преобразовании культуры телосложения (понятие пропорциональная, гипертрофированная и гипертрофированная форма телосложения);

- адаптационно-преобразовательная функция, как фактор удовлетворения потребности человека в развитии физических качеств (силы, быстроты, выносливости), повышении функциональных и адаптационных свойств жизнеобеспечивающих систем организма;

- двигательно-формирующая функция, как фактор удовлетворения потребности человека в формировании двигательного опыта, овладении жизненно важными двигательными навыками и умениями.

Социальные функции физической культуры, истоки становления и развития. Понятие общекультурные и специфические функции физической культуры, их общность и различие.

Характеристика общекультурных функций:

- эвристическая функция (получение новых знаний, совершение научных открытий, создание новых теорий);

- воспитательная функция (воспитание личностно-значимых качеств, формирование целостной личности, социализации подрастающего поколения);

- образовательная функция (формирование системы знаний и двигательных действий, ориентированных на физическое совершенствование; воспитание интереса и потребностей в занятиях физической культурой и спортом, организации здорового образа жизни; развитие творческой активности в использовании ценностей физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов в физическом совершенстве);

- зрелищная функция (развитие интереса к спортивным состязаниям, содействующим активному вовлечению человека в разнообразные формы соревновательной деятельности; активное воздействие на формирование эмоциональной и духовной сферы личности, воспитание

эстетических и нравственных качеств, проявляющихся в правилах и нормах поведения в экстремальных условиях противоборства и соперничества);

- экономическая функция (повышение производительности труда, коммерциализация физической культуры и спорта).

Характеристика специфических функций:

- прикладно-ориентированная функция (подготовка к предстоящей жизнедеятельности, связь с профессиональной и военно-оборонной деятельностью);

- оздоровительно-рекреативная функция (укрепление здоровья и профилактика заболеваний: лечение и реабилитация; восстановление и оптимизация работоспособности);

- соревновательно-достиженческая функция (познание максимальных возможностей человека, факторов их развития в условиях подготовки и участия в соревновательной деятельности; активное вовлечение в регулярные занятия спортом подрастающее поколение, пропаганда и популяризация олимпийских идеалов; укрепление мира и дружбы между народами, привитие уважительного отношения к странам с различным экономическим укладом, вероисповеданием и культурными традициями).

Вопросы для самоподготовки:

1. Дать определение понятию «функция физической культуры»

2. Дать характеристику общекультурным функциям физической культуры

3. Дать характеристику специфическим (родовым) функциям физической культуры

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: эссе:

1. В чем предназначение общекультурных функций физической культуры в обществе

2. В чем предназначение специфических функций физической культуры в обществе

3. В чем истоки появления родовых функций физической культуры

Тема 1.3. Методологические основы научных исследований в теории физической культуры.

Цель: Создать представление о физической культуре как научной дисциплине, ее современных методах исследования

Элементы содержания. Современные научные подходы и методы исследования в теории физической культуры, и их междисциплинарный характер:

- общенаучные подходы, используемые в научных исследованиях по проблемам теории физической культуры, (комплексный, системный, структурно-функциональный);

- общенаучные методы исследования, используемы при разработке проблем теории физической культуры (анализ и синтез, обобщение, моделирование, эксперимент);

- общепедагогические методы, применяемы в исследованиях по теории и методике физического воспитания (опрос, анкетирование, интервьюирование, наблюдение);

- специфические методы теории и методики физического воспитания (хронометрирование, тестирование, пульсометрия);

- междисциплинарные методы, используемые для решения научных задач по проблемам теории и методики физического воспитания (антропометрические, медико-биологические, психологические, математико-статистические методы).

Вопросы для самоподготовки:

1. Охарактеризовать общенаучные подходы в исследованиях по физической культуре.

2. Охарактеризовать общепедагогические методы исследования в физическом воспитании и спортивной тренировке

3. Охарактеризовать специфические методы исследования в физическом воспитании и спортивной тренировке.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: эссе:

1. В чем предназначение комплексного подхода в научных исследованиях по теории и методике физического воспитания
2. В чем предназначение системного подхода в научных исследованиях по теории и методике физического воспитания
3. В чем предназначение структурно-функционального подхода в научных исследованиях по теории и методике физического воспитания
4. В чем предназначение метода моделирования в научных исследованиях теории и методике физического воспитания

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1

Форма практического задания: доклад

Примерный перечень тем докладов к Разделу 1:

1. Сущность и причины возникновения физического воспитания.
2. ТМФК как учебная дисциплина. Цель физического воспитания.
3. Общие принципы построения спортивной тренировки.
4. Физическое воспитание в ДОУ.
5. Физическая культура в общеобразовательной школе.
6. Физическая культура в средних и высших образовательных учреждениях.
7. Образовательный стандарт в системе физической культуры.
8. Определение системы физического воспитания как исторически обусловленного типа социальной практики.
9. Теоретико-методические основы и программно-методические основы в физическом воспитании.
10. Организационные основы физического воспитания.
11. Систематические занятия физической культурой как профилактика гиподинамии и гипокинезии.
12. Общенаучные подходы, используемые в научных исследованиях по проблемам теории физической культуры, (комплексный, системный, структурно-функциональный).
13. Общенаучные методы исследования, используемы при разработке проблем теории физической культуры (анализ и синтез, обобщение, моделирование, эксперимент).
14. Общепедагогические методы, применяемы в исследованиях по теории и методике физического воспитания (опрос, анкетирование, интервьюирование, наблюдение);
15. Специфические методы теории и методики физического воспитания (хронометрирование, тестирование, пульсометрия);
16. Междисциплинарные методы, используемые для решения научных задач по проблемам теории и методики физического воспитания

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 1: тестирование

Раздел 2. Характеристика базовых средств физического воспитания

Тема 2.1. Характеристика базовых средств физического воспитания.

Цель: Формировать умения характеризовать базовые средства физического воспитания, ориентированно их использовать в профессиональной деятельности специалиста в области физического воспитания

Элементы содержания. Современное развитие физического воспитания как педагогического процесса, ориентированного на обучение знаниям и двигательным действиям, развитие физических качеств и укрепление здоровья.

Характеристика общепедагогических средств физического воспитания, их место и назначение в целостном учебном процессе, особенности содержательного наполнения:

- технические средства (аудио- и видео- устройства, «лидирующие» устройства; тренажерные устройства, регистрирующие устройства и др.);
- наглядные средства (плакаты, видеофильмы, манекены и др.);
- предметно-деятельностные средства (учебные задания, упражнения, игра и др.).

Специфические средства физического воспитания, их характеристика и назначение в целостном учебном процессе:

- оздоровительные силы природы (воздух, солнце и вода);
- гигиенические факторы (режим питания, режим дня, режим отдыха);
- физические упражнения (как двигательные действия, регламентированные по пространственным, временным и динамическим характеристикам выполнения);
- предметно-организационные формы двигательной активности (виды спорта, подвижные игры, туризм).

Физическое упражнение как двигательное действие, регламентированное под решение конкретных педагогических задач. Основные классификации физических упражнений:

- по направленности педагогического процесса (оздоровительные, обще- и специально-развивающие, коррекционные и др.);
- по задачам обучения двигательным действиям (подготовительные, подводящие, имитационные и др.);
- по направленности развития физических качеств (силовые, скоростные, координационные и др.);
- по активности процессов энергообмена (анаэробные, аэробные, анаэробно-аэробные);
- по биомеханической структуре движения (вращательные, циклические, ациклические).

Понятие форма и содержание физического упражнения.

Вопросы для самоподготовки:

1. *Дать определение понятию «физическое упражнение» и охарактеризовать его отличия от понятия «двигательное действие»*
2. *Что следует понимать под содержанием и формой физического упражнения, характеристика их взаимосвязи*
3. *Дать современные классификации физических упражнений и раскрыть их основные признаки*

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: кейс-задание:

1. *В чем проявляется связь между внутренним и внешним содержанием физического упражнения (рассмотреть на конкретном примере);*
2. *В чем проявляется связь содержания и формы физического упражнения (рассмотреть на конкретном примере);*
3. *Каковы различия между физическими упражнениями и двигательными действиями и в чем они проявляются (рассмотреть на конкретном примере).*

Тема 2.2. Общепедагогические и специфические методы физического воспитания.

Цель: Сформировать систему знаний о педагогических методах, регламентирующих деятельность специалиста в области физического воспитания и спортивной тренировки

Элементы содержания. Метод, методический прием и методика как базовые категории педагогического процесса, их общность и различия. Характеристика основных требований к отбору и использованию методов физического воспитания в целостном учебно-воспитательном процессе (адекватность, рациональность, эффективность).

Общепедагогические методы и особенности их использования на занятиях физической культурой (словесный, наглядный, метод упражнения). Роль и значение психических и физиологических процессов в целостном восприятии педагогических воздействий, оказываемых с помощью общепедагогических методов (память, внимание, мышление).

Умственная (психическая) и физическая работоспособность, как фактор эффективности восприятия педагогических воздействий, особенности использования общепедагогических методов в зависимости от уровня и особенностей динамики их функциональных показателей.

Классификация методов строго-регламентированного упражнения по признаку решения педагогических задач и их характеристика:

- методы обучения двигательным действиям:

а) целостного выполнения (выполнение упражнения в общей форме, выполнение упражнения с акцентом на отдельные элементы; выполнение упражнения с дополнительным отягощением отдельных частей и звеньев тела);

б) расчленено-конструктивного выполнения (дискретное выполнение частей или фаз упражнения с последующим их конструированием в целостную биомеханическую форму; последовательное присоединение частей или фаз упражнения в конструкции целостной биомеханической формы; дискретное выполнение частей или фаз упражнения с дополнительным отягощением отдельных частей и звеньев тела);

в) вариативного выполнения (выполнение упражнения в измененных внешних условиях, выполнение упражнения в измененных внутренних условиях; выполнение и перестроение упражнения в условиях постоянно меняющейся двигательной задачи);

- методы развития физических качеств

а) непрерывного выполнения (непрерывно-равномерного выполнения упражнения, непрерывно-переменного выполнения упражнения, непрерывно-интервального выполнения упражнения);

б) повторного выполнения (повторно-равномерного выполнения, повторно-переменного выполнения, повторно-интервального выполнения);

в) комбинированного выполнения (вариативно-последовательное выполнение, когда комбинируются варианты последовательного включения в работу требуемых мышечных групп; вариативно-переменное выполнение, когда комбинируются варианты мышечных напряжений (режимы нагрузки); вариативно-интервальное выполнение, когда комбинируются варианты продолжительности интервалов между сменами режима нагрузки);

- методы формирования личностных качеств (игровой и соревновательный методы; метод усложняющихся заданий).

Вопросы для самоподготовки:

1. Что понимается под терминами «метод», «методический прием», «методика», их общность и различия
2. Охарактеризовать группу методов словесной информации и их целевую ориентацию в педагогическом процессе
3. Охарактеризовать группу методов непосредственной наглядности и их целевую ориентацию в педагогическом процессе
4. Охарактеризовать специфические методы обучения двигательным действиям и их педагогическое предназначение
5. Охарактеризовать специфические методы развития физических качеств и их педагогическое предназначение
6. Раскрыть общность и различия игрового и соревновательного методов и их педагогическое предназначение.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: эссе:

1. С какой целью и при решении каких задач физического воспитания используется группа словесных методов
2. С какой целью и при решении каких задач физического воспитания используется группа наглядных методов
3. По какому признаку распределяются методы обучения, и с какой целью
4. По какому признаку распределяются методы развития физических качеств, и с какой целью
5. Какие специфические задачи решают с помощью игрового и соревновательного методов в процессе занятий физической культурой и спортивной тренировки

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2

Форма практического задания: доклад

Примерный перечень тем докладов к Разделу 2:

- а. Характеристика общепедагогических средств физического воспитания.
2. Технические средства (аудио- и видео- устройства, «лидирующие» устройства; тренажерные устройства, регистрирующие устройства и др.);
3. Наглядные средства (плакаты, видеофильмы, манекены и др.);
4. Предметно-деятельностные средства (учебные задания, упражнения, игра и др.).
5. Специфические средства физического воспитания, их характеристика и назначение в целостном учебном процессе.
6. Физическое упражнение как двигательное действие, регламентированное под решение конкретных педагогических задач.
7. Основные классификации физических упражнений.
8. Общепедагогические методы.
9. Роль и значение психических и физиологических процессов в целостном восприятии педагогических воздействий.
10. Классификация методов строго-регламентированного упражнения по признаку решения педагогических задач и их характеристика.
11. Методы обучения двигательным действиям.
12. Целостное выполнение упражнения.
13. Расчленено-конструктивное выполнение упражнения.
14. Вариативное выполнение упражнения.
15. Методы развития физических качеств.
16. Методы формирования личностных качеств (игровой и соревновательный методы; метод усложняющихся заданий).

Раздел 3. Характеристика базовых принципов в физическом воспитании

Тема 3.1. Физическая нагрузка в системе занятий физическими упражнениями.

Цель: Сформировать систему профессиональных знаний специалиста в области физической культуры и физического воспитания

Элементы содержания. Понятие «нагрузка» как фактор внешнего воздействия на организм, характеристика основных ее видов, их связь и взаимодействие (физическая, психическая, эмоциональная нагрузки).

Физическая нагрузка, как ответная реакция организма на мышечную деятельность, ее роль и значение в развитии приспособительных реакций организма.

«Мощность», «объем» и «интенсивность» физической нагрузки, как основные измерители ее величины. Характеристика «зон интенсивности» и «зон мощности», их общность и различие (по особенностям энергообеспечения, по предельной продолжительности работы, по отношению к максимально возможной величине физической нагрузки).

Понятие абсолютная и относительная мощность нагрузки.

Вопросы для самоподготовки:

1. Что понимается под «физической нагрузкой», ее внешним и внутренним содержанием

2. Какими конкретными параметрами характеризуется физическая нагрузка

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: кейс-задание:

1. В чем проявляется зависимость динамики физической работоспособности от характера и мощности физической нагрузки (обосновать на конкретном примере)

2. С какой целью и при решении каких задач возможно использовать жесткий интервал отдыха при повторном воспроизведении нагрузок (обосновать на конкретном примере)

Тема 3.2. Характеристика методических приемов регулирования величины физической нагрузки на занятиях физической культурой.

Цель: Сформировать систему профессиональных знаний специалиста в области физической культуры и физического воспитания

Элементы содержания. Нагрузка и отдых как основные компоненты практических методов физического воспитания, их связь с физической работоспособностью. Характеристика видов (активный и пассивный) и интервалов (жесткий, ординарный, суперкомпенсаторный) отдыха, их связь и взаимообусловленность, особенности влияния на динамику физической и умственной работоспособности.

Вопросы для самоподготовки:

1. Что понимается под «величиной физических нагрузок».

2. Характеристика физической работоспособности человека.

3. Какие интервалы отдыха используются между нагрузками и какова их функциональная направленность

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: кейс-задание:

1. С какой целью и при решении каких задач возможно использовать суперкомпенсаторный интервал отдыха при повторном воспроизведении нагрузок (обосновать на конкретном примере)

2. С какой целью используются формы активного отдыха в физическом воспитании (обосновать на конкретном примере).

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 3

Форма практического задания: доклад

Примерный перечень тем докладов к Разделу 3:

1. Понятие «нагрузка» как фактор внешнего воздействия на организм.
2. Физическая нагрузка, как ответная реакция организма на мышечную деятельность, ее роль и значение в развитии приспособительных реакций организма.
3. «Мощность», «объем» и «интенсивность» физической нагрузки.
4. Характеристика «зон интенсивности» и «зон мощности».
5. Понятие абсолютная и относительная мощность нагрузки.
6. Нагрузка и отдых как основные компоненты практических методов физического воспитания.
7. Физическая работоспособность.
8. Характеристика видов отдыха (активный и пассивный).
9. Интервалы отдыха (жесткий, ординарный, супер компенсаторный).
10. Динамика физической и умственной работоспособности.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 3: тестирование

МОДУЛЬ 2.

«ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

Раздел 4. Теоретико-методические основы развития физических качеств

Тема 4.1. Физические качества и закономерности их развития

Цель: Сформировать систему современных знаний по основам развития физических качеств в процессе занятий физической культурой и спортивной тренировкой.

Элементы содержания. Физические качества как отражение функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма, проявляющиеся в процессе физических нагрузок.

Понятие физических качеств, как совокупность анатомо-морфологических и психофизических свойств человека, определяющих все многообразие его двигательной активности. Понятие физических способностей, как проявление физических качеств в решении двигательных задач.

Понятие закон и закономерность в развитии физических качеств. Характеристика основных закономерностей развития физических качеств, проявляющихся при постоянстве внешних воздействий на организм человека (эффективность развития):

- гетерохронность развития (неравномерность и разновременность развития);
- этапность развития (повышение, стабилизация, снижение приростов показателей);
- фазность развития:

1. Фаза полимодального развития, обеспечивает прирост в развитии различных физических способностей за счет включения в работу различных мышечных групп и существенного

повышения уровня активности основных жизнеобеспечивающих систем (характеризуется низкой экономией в энерготратах);

2. Фаза направленно-ориентированного развития, обеспечивает прирост в развитии конкретного требуемого физического качества за счет локального включения в работу требуемых мышечных групп и приведение уровня активности соответствующих систем организма (характеризуется повышением экономичности энерготрат);

3) Фаза непосредственного совершенствования, обеспечивает прирост в развитии конкретной физической способности за счет улучшения координированности в деятельности систем обеспечивающих мышечную работу, степени взаимосогласованности между параметрами движений и уровнем активности жизнеобеспечивающих систем организма (характеризуется высокой экономичностью энерготрат).

Принципы развития физических качеств, как отражение основных закономерностей их развития:

- принцип соответствия педагогических воздействий, возрастным особенностям развития физических качеств в онтогенезе (концепция «сенситивных периодов»);

- принцип направленно-ориентированных воздействий (концепция «кумулятивного эффекта тренировочного процесса»);

- принцип прогрессивно-нарастающих воздействий (концепция «сверх восстановления функциональных возможностей систем организма в процессе спортивной тренировки»).

Вопросы самоподготовки:

1. Что понимается под физическими качествами и их сопряженностью с физическими способностями

2. Охарактеризовать основные закономерности развития физических качеств и их проявления в процессе мышечной деятельности

3. Охарактеризовать основные принципы направленного развития физических качеств в процессе занятий физической культурой и спортивной тренировкой

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: реферат:

1. Физические способности и основные формы их проявления

2. Гетерохронность и ее отражение в принципе соответствия педагогических воздействий возрастным особенностям развития физических качеств в онтогенезе.

3. Этапность и ее отражение в принципе направленно ориентированного воздействия;

4. Фазность и ее отражение в принципе прогрессивно-нарастающих воздействий

Тема 4.2. Сила и быстрота как физическое качество человека.

Цель: сформировать современные представления о качестве «сила», «быстрота» и основах методики ее развития в процессе занятий физической культурой

Элементы содержания. Понятие силы как физического качества, определение ее связи с особенностями мышечных напряжений (уступающий режим, преодолевающий режим, удерживающий режим напряжения). Понятие абсолютной и относительной силы, статической и динамической силы.

Силовые способности как структурные компоненты качества силы, характеристика их общности и различия: собственно-силовые способности; скоростно-силовые способности; взрывная сила.

Характеристика средств силовой направленности, общность и различия общей и специфической силовой направленности.

Классификация нагрузок силовой направленности и их характерные признаки (интенсивность, число повторений, доля в общем объеме силовой нагрузки)

Методы развития силовых способностей и их предметная классификация:

- методы повторного упражнения с непредельным отягощением;
- методы повторного упражнения с предельным и околопредельным отягощением;
- методы повторного упражнения с использованием статических положений тела;
- неспецифические методы развития силовых способностей.

Методы оценки развития качества силы (силовых способностей).

Понятие быстроты как физического качества, характеристика ее структурных компонентов:

- скорость реакции (скорость простой реакции; скорость реакции на движущийся объект; скорость реакции выбора);
- скорость движения (скорость перемещения тела или его звеньев с заданной амплитудой и траекторией; скорость перемещения тела без изменения вектора направления; скорость перемещение тела с изменяющимся вектором направления);
- скорость управления движением (скорость достижения максимального ускорения; скорость достижения максимального торможения; скорость перестроения движения);

Характеристика средств развития скоростных способностей, общность и различия общей и специфической скоростной направленности.

Средства общей скоростной направленности:

- упражнения, выполняемые с максимальной скоростью;
- упражнения, выполняемые с максимальным ускорением;
- упражнения, выполняемые из разных исходных положений;
- упражнения с изменением направлений вектора движений;
- упражнения на дифференцировку внешнего раздражителя (звукового, слухового, тактильного);
- упражнения в облегченных внешних условиях;
- упражнения с лидированием;
- упражнения на перестроение движений.

Средства со специфической скоростной направленностью:

- упражнения с отягощением, выполняемые с максимальной скоростью;
- упражнения с «ускоряющимся эффектом»;
- упражнения с ограничением активности анализаторов (зрительного, слухового; тактильного);
- соревновательные упражнения.

Методы развития простой двигательной реакции (метод реагирования на внезапно возникающий сигнал; метод дифференцировки заданного сигнала; соревновательный метод).

Методы развития сложной реакции (метод поэтапного усложнения, метод вариативного исполнения; соревновательный метод).

Методы развития скорости движений (метод повторного ускорения; метод «искусственной среды»; метод «усложнено-облегченных условий»; соревновательный метод);

Методы развития скорости управления движением (метод вариативного выполнения; метод «преодоления препятствий», игровой метод).

Методы развития скоростной выносливости

Методы оценки развития качества быстроты (скоростных способностей).

Вопросы самоподготовки:

1. Дать характеристику качеству «Сила» и физическим способностям, в которых она проявляется.
2. Охарактеризовать основные средства развития силовых способностей, их общность и различия
3. Охарактеризовать основные методы развития силовых способностей и их функциональную направленность
4. Дать характеристику качеству «Быстроты» и физическим способностям, в которых она проявляется.
5. Охарактеризовать основные средства и методы развития скорости реакции (простой и сложной);
6. Охарактеризовать основные средства и методы развития скорости передвижения

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание.

1. Разработать методику развития собственно-силовых способностей;
2. Разработать методику развития скоростно-силовых способностей;
3. Разработать методику развития «взрывной силы».
1. Разработать методику развития скорости реакции «на движущийся объект»;
2. Разработать методику развития скорости реакции «выбора»;
3. Разработать методику развития скорости передвижения

Тема 4.3. Выносливость и гибкость как физическое качество

Цель: сформировать современные представления о качестве «выносливости» и основах методики ее развития в процессе занятий физической культурой

Элементы содержания. Понятие выносливости и характеристика физических способностей, в которых она проявляется (общая выносливость, силовая выносливость, скоростная выносливость). Связь выносливости с процессом утомления, характеристика типов утомления и особенности их проявления при мышечной деятельности (умственное; сенсорное; эмоциональное, физическое). Связь выносливости с физической работоспособностью.

Особенности проявления выносливости от активности процессов энергообеспечения, характеристика основных источников энергии, обеспечивающих мышечную деятельность. Классификация видов выносливости по доминирующему процессу энергообеспечения.

Зависимость продолжительности работы от ее мощности. Зоны мощности и особенности их энергообеспечения. Характеристика базовых процессов, лимитирующих проявление выносливости в разных зонах мощности (мощность и емкость энергоресурсов организма; скорость восстановления энергоресурсов; закисление работающих мышц; изменение активности ЦНС).

Понятие общей и специальной выносливости, их общность и различие. Характеристика основных признаков общей выносливости:

- преобладание активности аэробных источников энергии в структуре энергетического запроса на работу;
- относительно высокая производительность сердечно-сосудистой системы;
- относительно высокая эффективность системы внешнего дыхания;
- относительно высокая координация в деятельности систем, обеспечивающих мышечную деятельность.

Характеристика основных признаков специально (скоростной и силовой) выносливости:

- соотношение активности источников энергии со спецификой конкретной мышечной деятельности;
- преобладание силового компонента в конкретной мышечной деятельности;
- преобладание скоростного компонента в конкретной мышечной деятельности;
- функциональная устойчивость организма к специфике воздействия на него конкретной мышечной деятельности;
- психолого-эмоциональная устойчивость организма к специфике воздействия на него конкретной мышечной деятельности.

Характеристика средств развития общей выносливости:

- циклические упражнения с включением в работу значительного объема мышечных групп;
- циклические упражнения с увеличением силовой направленности;
- циклические упражнения с увеличением скоростной направленности.

Характеристика методов развития общей выносливости:

- метод непрерывного выполнения упражнения в режиме до отказа;
- метод повторного выполнения упражнения с варьирующими интервалами отдыха;
- игровой метод.

Характеристика средств развития специальной выносливости:

- соревновательные упражнения;
- специально тренировочные упражнения с силовой направленностью;
- специально тренировочные упражнения со скоростной направленностью;
- подвижные и спортивные игры.

Характеристика методов развития специальной выносливости:

- интервальный метод (повторный и непрерывный);
- комбинированный метод (поэтапного и углубленного воздействия);
- игровой и соревновательной.

Методы оценки развития общей выносливости (тест Купера) и специальной выносливости (тесты специальной физической подготовки).

Определение гибкости как совокупности специфических свойств опорно-двигательного аппарата, определяющих подвижность его сегментов и звеньев с максимальной амплитудой. Роль и значение гибкости в жизнедеятельности человека (оптимизация мышечного тонуса, профилактика перерождения мышечных волокон, усиление кровотока и повышение эластических свойств работающих мышц).

Характеристика факторов, определяющих особенности проявления гибкости:

- форма и подвижность суставов;
- эластичность мышц и связок;
- межмышечная координация мышц антагонистов;
- нервная регуляция мышечного тонуса

Понятие активной и пассивной гибкости, общность и различия. Характеристика средств и методов развития активной и пассивной гибкости.

Понятие динамической и статической гибкости, общность и различия. Характеристика средств и методов развития динамической и статической гибкости.

Возрастные особенности формирования гибкости, связь с развитием мышечного корсета. Методы оценивания уровня развития гибкости

Стретчинг как современное направление развитие гибкости, характеристика его физиологической сущности. Общие представления о методике «стретчинга».

Методы оценки развития гибкости в практике физического воспитания.

Понятие «осанка человека», ее признаки и значение для жизнедеятельности человека. Методика направленного формирования осанки. Возрастные особенности формирования осанки и методика профилактики ее нарушения в процессе занятий физической культурой.

Основы регулирования массы тела: характеристика методик увеличения и снижения массы тела (средства и методы увеличения мышечной массы и снижения жировой массы)

Вопросы самоподготовки:

1. Дать характеристику качеству «Выносливости» и физическим способностям, в которых она проявляется (общая, силовая и скоростная выносливость).
2. Охарактеризовать основные средства и методы развития общей выносливости
3. Охарактеризовать основные средства и методы развития специальной выносливости
4. Охарактеризовать особенности взаимосвязи выносливости и утомления при выполнении физических нагрузок
5. Дать определение гибкости и охарактеризовать факторы ее определяющие
6. Раскрыть основные виды гибкости и особенности их проявления в процессе мышечной деятельности
7. Охарактеризовать основные методические подходы по развитию гибкости в процессе занятий физической культурой и спортивной тренировкой.
8. Дать определение «осанка человека» и охарактеризовать основные причины нарушения правильной осанки
9. Охарактеризовать основные методические подходы по формированию правильной осанки, раскрыть состав средств и методов педагогического воздействия
10. Методические подходы к регулированию массы тела в системе занятий физическими упражнениями.
11. Охарактеризовать основные средства развития координационных способностей

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: доклад:

1. Физические способности и основные формы их проявления
2. Гетерохронность и ее отражение в принципе соответствия педагогических воздействий возрастным особенностям развития физических качеств в онтогенезе.
3. Этапность и ее отражение в принципе направленно ориентированного воздействия;
4. Фазность и ее отражение в принципе прогрессивно-нарастающих воздействий.
5. Гибкость и методика ее развития
6. Осанка и методика ее формирования
7. Методика регулирования массы тела в системе занятий физической культурой

Тема 4.4. Ловкость и координация как психофизические способности, лежащие в основе управления двигательными действиями.

Цель: сформировать современные представления о ловкости и координации как психофизических способностях человека, обеспечивающих возможность управлять двигательными действиями.

Элементы содержания. Определение понятия ловкости в контексте теории управления движениями (по Н.А.Бернштейну). Общие характеристики ловкости (вариативность выполнения движений; перестроение движений в соответствии с возникающей задачей; оперативное и наиболее рациональное решение задач в изменяющихся условиях; быстрое и качественное освоение новых форм движений).

Координационные способности как проявление ловкости в структурной организации двигательной деятельности человека. Обобщенная характеристика основных групп координационных способностей:

- первая группа – способности точно соизмерять и регулировать пространственные, временные и динамические параметры движений;
- вторая группа – способности поддерживать статическое и динамическое равновесие;
- третья группа – способности выполнять двигательные действия без излишней напряженности, слитно и ритмично.

Характеристика основных методических подходов в развитии координационных способностей:

- постепенное увеличение координационной сложности разучиваемых движений;
- перестроение движений при внезапно изменяющихся условиях;
- формирование комплекса внутренних ощущений на основе повышения точности пространственных, временных и динамических характеристик движения (точность дифференцировки мышечных ощущений; точность дифференцировки интервалов времени; точность дифференцировки пространственных перемещений).

Метод вариативного упражнения как основа развития координационных способностей, характеристика основных его видов:

- строго заданное варьирование отдельных характеристик двигательного действия (например, изменение силовых параметров);
- изменение способов выполнения действий (например, выполняя бег лицом вперед, переход на бег спиной вперед);
- изменение исходных и конечных положений (например, прыжки вперед из положения упор присев);
- «зеркальное» выполнение двигательных действий (например, метание мяча «не ведущей» рукой);
- выполнение двигательных действий после воздействия на вестибулярный аппарат (например, передвижение по гимнастической скамейке после трех последовательно выполненных кувырка вперед);
- выполнение упражнений с исключением зрительного (слухового) контроля (например, передача мяча в парах с повязкой на глазах).

Методы оценки развития координационных способностей

Вопросы самоподготовки:

1. Дать определение ловкости и охарактеризовать ее взаимосвязь с координационными способностями
2. Раскрыть основные группы координационных способностей и охарактеризовать их специфические признаки
3. Охарактеризовать основные методические подходы по развитию координационных способностей в процессе занятий физической культурой и спортивной тренировкой.
4. Охарактеризовать методы вариативного упражнения, используемые для развития

5. Охарактеризовать основные средства развития координационных способностей

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: доклад:

1. Ловкость и ее основные характеристики
2. Координационные способности и формы их проявления
3. Характеристика основных факторов, определяющих проявление координационных способностей

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 4

Форма практического задания: доклад

Примерный перечень тем докладов к Разделу 4:

1. Понятие о физических качествах.
2. Средства воспитания силы.
3. Методы воспитания силы.
4. Воспитание силовых способностей.
5. Средства воспитания выносливости.
6. Методы воспитания выносливости.
7. Выносливость как функциональный показатель работоспособности человека.
8. Средства воспитания быстроты.
9. Методы воспитания быстроты.
10. Быстрота как компонент отражения психомоторных реакций.
11. Средства воспитания гибкости.
12. Методы воспитания гибкости.
13. Гибкость как средства восстановления.
14. Средства воспитания координации.
15. Методы воспитания координации.
16. Координация как показатель ловкости.
17. Зоны относительной мощности.
18. Сенситивные периоды для развития физических качеств.
19. Основные средства развития физических качеств (быстроты, силы, выносливости, координации, гибкости).
20. Методы оценки и контрольные нормативы, используемые в образовательном процессе при воспитании физических качеств.
21. Контроль физических нагрузок в зависимости от возраста занимающихся при воспитании физических качеств.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 4: тестирование

Раздел 5. Физическая культура в системе образования

Тема 5.1. Урок физической культуры как основная форма организации образовательного процесса.

Цель. Сформировать систему знаний по основам методики организации и проведения урочных форм занятий по дисциплине «физическая культура».

Элементы содержания Разнообразие форм организации занятий физической культурой, их предметная классификация, целевое назначение и содержательная направленность:

- основные формы занятий физической культурой (уроки физической культуры; утренняя зарядка; физкультминутки; физкультпаузы; занятия по выполнению домашних заданий);

- дополнительные формы занятий физической культуры (занятия в спортивных секциях, участие в соревнованиях и физкультурно-оздоровительных мероприятиях; прогулки, игры и развлечения на открытом воздухе во время активного отдыха и досуга).

Урок физической культуры как основная форма организации образовательного процесса, его цель и задачи, структурная организация (связь структурных компонентов урока с основными фазами физической работоспособности).

Характеристика основных типов урока физической культуры и особенности их структурной организации: комплексный урок; целевой урок; комбинированный урок.

Характеристика современных требований к проведению уроков физической культуры:

- всесторонность педагогических задач и функциональных воздействий (образовательные, воспитательные, обучающие, оздоровительные и развивающие задачи);

- оптимальная двигательная активность и факторы ее обеспечивающие (плотность урока; динамика физической нагрузки, режимы физической нагрузки);

- интерес и высокая эмоциональность уроков, и факторы ее обеспечивающие (новизна материала; инициатива и самостоятельность; активность и творчество);

- дифференцированный подход к занимающимся в процессе решения основных педагогических задач (учет индивидуальных показателей физической подготовленности; учет темпов прироста показателей физических качеств; учет скорости и качества освоения новых двигательных действий).

Методы организации учебной деятельности занимающихся, их цель и назначение: фронтальный метод и его разновидности (одновременный, поточный, попеременный); групповой метод и его разновидности (поочередный (круговая тренировка), посменный); индивидуальный метод и его разновидности (с ограничением, с индивидуальным заданием).

Вопросы самоподготовки

1. Дать характеристику основным формам занятий физической культурой, их целям и содержательному наполнению

2. Дать определение основным типам уроков физической культуры, раскрыть общность и различия в их планировании, педагогическую направленность в решении учебных задач (комплексный урок, целевой урок, комбинированный урок)

3. Охарактеризовать современные требования к уроку физической культуры

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: эссе:

1. По каким признакам устанавливается связь и различия между основными формами занятий физической культурой

2. На основе каких показателей устанавливается структура уроков физической культуры и определяются задачи каждой его части

3. По каким признакам и в зависимости от чего, рекомендуется дифференцировать учащихся по группам в процессе уроков физической культуры.

Тема 5.2. Планирование как условие программно-методического сопровождения образовательного процесса по физической культуре.

Цель. Сформировать первичные умения по основам планирования программного материала по дисциплине «физическая культура»

Элементы содержания Понятие периодизации и характеристика ее основных структурных компонентов (биологическое развитие, психическое развитие, социальное развитие).

Концепция «сенситивных периодов» как основа целенаправленного развития физических качеств.

Концепция «ведущего вида деятельности в онтогенезе» как основа целенаправленного формирования интереса и потребностей школьников к занятиям физической культурой.

Возрастная парадигма современного программно-методического обеспечения образования по физической культуре: «учись у учителя» - «учись в коллективе вместе с учителем» - «учись быть учителем».

Сущность и объективные основы планирования, его цель и задачи. Характеристика основных документов планирования, их цель, задачи и способы оформления:

- годовой план график, как форма перспективного планирования;
- тематический план на четверть, как форма текущего планирования;
- план-конспект урока, как форма оперативного планирования.

Основные требования к разработке документов планирования:

- ориентация на выполнение требований учебной программы и государственных стандартов (понятие планируемые результаты);
- преемственность в основных документах планирования (по темам и разделам программы, задачам, содержанию);
- сохранность коррекции основных документов планирования по составу задач и учебному содержанию.

Основы технологии разработки учебных планов по физической культуре. Логическая конструкция «общее» - «частное» - «конкретное» как основа планирования целостного педагогического процесса: «перспективное планирование» - «текущее планирование» - «оперативное планирование».

Характеристика основных этапов планирования:

а) подготовительный этап:

- определение конкретных результатов к концу учебного года, через постановку целевых установок и шкалы оценок достижения;
- определение промежуточных результатов, через постановку текущих задач и результативности их решения;
- определение методики решения поставленных задач и оценки эффективности их решения;

б) основной этап:

- разработка годового плана-графика;
- разработка тематического плана на четверть;
- разработка плана-конспекта урока.

расчетное практическое задание

Вопросы самоподготовки

1. Дать характеристику базовым положениям «концепции сенситивных периодов» и «ведущего вида деятельности в онтогенезе» и раскрыть их суть для теории и методики физического воспитания

2. В каких базовых положениях раскрывается возрастная парадигма образования школьников по физической культуре, и какими возрастными процессами она обуславливается.

3. Охарактеризовать цель, задачи и содержательное наполнение основных видов планирования программного материала по дисциплине физической культуры (перспективное, текущее и оперативное)

4. Раскрыть основное содержание деятельности учителя на подготовительном этапе планирования программного материала

5. Раскрыть основное содержание деятельности учителя на основном этапе планирования программного материала

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

1. Разработать годовой план-график распределения учебного материала по дисциплине «физическая культура»

2. Разработать тематический план распределения учебного материала по дисциплине «физическая культура» на одну из учебных четвертей

3. Разработать план-конспект распределения учебного материала по дисциплине «физическая культура»

Тема 5.3. Основы контроля успеваемости учащихся по предмету физической культуры.

Цель. Сформировать элементарные умения по основам организации и проведения контрольных занятий по дисциплине «физическая культура»

Элементы содержания. Контроль, его цель и назначение, сущность и виды:

- педагогический контроль (наблюдение, тестирование, опрос);
- медико-педагогический контроль (обследование, функциональные пробы, активность сердечнососудистой системы);

- гигиенический контроль (проверка безопасности мест занятий, проверка исправности инвентаря и оборудования; проверка безопасности одежды и обуви).

Виды контроля по качеству освоения учебного материала, их цель и назначение (исходный, оперативный, текущий, итоговый). Характеристика логической последовательности проведения контрольных процедур в структуре учебного года: «конкретное» - «частное» - «общее».

Методика тестирования физической подготовленности (физических качеств), характеристика требований к организации и проведению. Технология определения уровней физической подготовленности занимающихся (выше среднего, средний, ниже среднего);

Методика проведения функциональных проб, характеристика основных требования к организации проведения и регистрации результатов. Технология определения функционального состояния занимающихся (по величине и скорости восстановления пульса).

Методика оценивания качества освоения новых знаний и новых двигательных действий, характеристика требований к разработке шкалы отметок (оценивания).

Вопросы самоподготовки

1. Охарактеризовать виды контроля, используемые в физическом воспитании, их цель и педагогическое предназначение

2. Раскрыть особенности педагогического контроля качества освоения учебного материала по дисциплине «физическая культура» (знания и двигательные умения)

3. Охарактеризовать основные требования к проведению тестовых упражнений по оценке физической подготовленности учащихся

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

1. Разработать основы методики обучения школьников тестовым упражнениям

2. Разработать шкалу оценок качества освоения учебных знаний по дисциплине «физическая культура»

3. Разработать шкалу оценок качества освоения двигательных действий (физических упражнений) по дисциплине «физическая культура»

4. Разработать методику проведения тестирования физической подготовленности и регистрации полученных результатов.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 5

Форма практического задания: доклад.

Примерный перечень тем докладов к Разделу 5:

1. Основные формы занятий физической культурой.
2. Дополнительные формы занятий физической культуры.
3. Урок физической культуры как основная форма организации образовательного процесса.

4. Характеристика основных типов урока физической культуры и особенности их структурной организации

5. Характеристика современных требований к проведению уроков физической культуры.

6. Методы организации учебной деятельности занимающихся.

7. Концепция «сенситивных периодов» как основа целенаправленного развития физических качеств.

8. Концепция «ведущего вида деятельности в онтогенезе» как основа целенаправленного формирования интереса и потребностей школьников к занятиям физической культурой.

9. Сущность и объективные основы планирования, его цель и задачи. Характеристика основных документов планирования, их цель, задачи и способы оформления:

10. Основные требования к разработке документов планирования:

11. Характеристика основных этапов планирования.

12. Контроль, его цель и назначение, сущность и виды.

13. Виды контроля по качеству освоения учебного материала, их цель и назначение (исходный, оперативный, текущий, итоговый).

14. Методика тестирования физической подготовленности (физических качеств).

15. Методика проведения функциональных проб, характеристика основных требований к организации проведения и регистрации результатов.

16. Методика оценивания качества освоения новых знаний и новых двигательных действий, характеристика требований к разработке шкалы отметок (оценивания).

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 5: тестирование

Раздел 6. Общие основы теории спортивной тренировки.

Тема 6.1. Принципы спортивной тренировки.

Цель. Сформировать представления об основных закономерностях спортивной тренировки, принципах поступательного развития тренированности спортсмена.

Элементы содержания. Принцип «направленности на максимально возможные достижения», его назначение и предметная направленность в спортивной тренировке. Характеристика базовых положений: направленность на индивидуально максимальное достижение; направленность на углубленную спортивную специализацию; направленность на углубленную индивидуализацию.

Принцип «единства общей и специальной подготовки спортсмена» его назначение и предметная направленность в спортивной тренировке. Характеристика базовых положений:

- единство общей и специальной спортивной подготовки в целостном тренировочном процессе (направленность на этапное соотношение ОФП и СФП в многолетнем тренировочном процессе);

- взаимообусловленность содержания общей и специальной подготовки (направленность на повышение технико-тактического мастерства спортсмена);

- несводимость общей и специальной подготовки (направленность: а) на учет специфики структурной организации тренировочного процесса в зависимости от вида спорта; б) на учет врожденных индивидуальных особенностей при планировании структурной организации тренировочного процесса; в) на учет возможности «переноса» тренированности на различных этапах тренировочного процесса).

Принцип «непрерывности тренировочного процесса», его назначение и предметная направленность в целостном педагогическом процессе. Характеристика базовых положений:

- построение спортивной тренировки в порядке круглогодичных и многолетних занятий, гарантирующих наибольший эффект спортивной специализации;

- обеспечение преемственности между звеньями и циклами тренировочного процесса на основе ближайших, отставленных и кумулятивных эффектов тренировки;

- интервалы между тренировочными занятиями определяются в пределах, сохранения неуклонного развития тренированности.

Гетерохронность восстановления функциональных систем организма, как фактор повышения интенсификации целостного тренировочного процесса (увеличения количества занятий за определенный промежуток времени).

Понятие максимальной тренировочной нагрузки и ее критерии (режим «до отказа», режим «декомпенсаторного утомления»). Принцип постепенности и тенденции к «предельным нагрузкам», его назначение и предметная направленность в целостном педагогическом процессе. Характеристика базовых положений:

- максимальная тренировочная нагрузка в тренировочном процессе достигается за счет сочетания высокой ее интенсивности со значительным суммарным ее объемом;
- максимальная тренировочная нагрузка в тренировочном процессе достигается за счет единства постепенности и скачкообразности в динамике физической нагрузки;
- максимальная тренировочная нагрузка в динамике многолетнего тренировочного процесса должно учитывать: а) индивидуальные особенности адаптации организма к физическим нагрузкам; б) уровень индивидуальной тренированности спортсмена; в) возраст спортсмена и стаж его занятий спортом.

Принцип «волнообразности динамики нагрузок и цикличности тренировочного процесса», его назначение и предметная направленность в целостном педагогическом процессе. Характеристика базовых положений:

- динамика физической нагрузки в целостном тренировочном процессе включает в себя различные волнообразные формы, характеризующиеся разной амплитудой и продолжительностью от «подъема волны» до «затухания волны» (малые волны, средние волны, большие волны);
- волнообразность колебаний нагрузки как отражение объективных причин, характерных для процесса спортивной тренировки: а) фазовость и гетерохронность процессов восстановления и адаптации организма к физическим нагрузкам; б) периодичность суточных, недельных, месячных и годовых колебаний дееспособности (работоспособности) организма; в) соотношенность объема и интенсивности нагрузки в определенные фазы (этапы) тренировочного процесса;
- цикличность тренировочного процесса как основа его организации, объединение занятий, этапов и периодов в целостный педагогический процесс с волнообразными колебаниями физической нагрузки: а) микроцикл (объединение тренировочных занятий); б) мезоцикл (объединение микроциклов); в) макроцикл (объединение мезоциклов).

Вопросы самоподготовки

1. Раскрыть базовые положения принципа единства общей и специальной спортивной подготовки и их отражение в процессе спортивной тренировки.
2. . Раскрыть базовые положения принципа непрерывности тренировочного процесса и их отражение в процессе спортивной тренировки.
3. Раскрыть базовые положения принципа «волнообразности динамики нагрузок и цикличности тренировочного
4. Раскрыть базовые положения принципа «направленности на максимально возможные достижения» и их отражение в процессе спортивной тренировки.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: доклад:

1. Педагогические ориентации принципа направленности на максимально возможные достижения.
2. Педагогические ориентации принципа единства общей и специальной спортивной подготовки
3. Педагогические ориентации принципа волнообразности динамики нагрузок и цикличности тренировочного процесса

Тема 6.2. Структурные основы спортивной тренировки

Цель. Сформировать представления о структурных основаниях спортивной тренировки и их взаимосвязи в целостном процессе подготовки спортсмена

Элементы содержания. Психологическая подготовка спортсмена, как основание спортивной тренировки, цель и задачи, место и значение в целостном педагогическом процессе. Понятия «общая и специальная психологическая подготовка» их общность и различия.

Волевая подготовка, как базовая основа общей психологической подготовки спортсмена, включающая в себя:

- воспитание целеустремленности и настойчивости (мотивационная направленность подготовки);
- воспитание инициативности и решительности (направленность подготовки);
- воспитание самообладания и уверенности (техничко-тактическая и физическая направленность подготовки).

Характеристика методических основ общей психологической подготовки спортсменов:

- приучение к обязательному выполнению тренировочной программы и соревновательных установок;
- системное введение дополнительных трудностей;
- моделирование основ соревновательной деятельности (например, выбор спарринг-партнера; варьирование условий и правил соревнований; включение заранее определенных соревновательных задач и т.п.);
- последовательное усиление функций самовоспитания (например, соблюдение режим дня; выполнение обещаний и взятых обязательств; управление эмоциями и психическими состояниями).

Специальная психологическая подготовка как процесс обучения спортсменов оперативно управлять своими психическими состояниями. Характеристика основным форм управления (установка, аутотренинг, идеомоторный тренинг, релаксация, самопроговаривание и др.).

Характеристика психических состояний, наиболее часто встречающихся в спортивной практике, и методика их регулирования: «предстартовая лихорадка», «предстартовая апатия», «злость», «агрессивность».

Техничко-тактическая подготовка как основание спортивной тренировки, характеристика основных ее разделов (общая техническая подготовка, специальная техническая подготовка, развитие координационных способностей).

Задачи и характеристика основных уровней технической подготовки:

- уровень «базовой» технической подготовки, осуществляется преимущественно на этапе предварительной спортивной подготовки и этапе начальной спортивной специализации (Направленность подготовки на создание основного фонда спортивно-технических умений и навыков, на базе которых осуществляется углубленное совершенствование техники двигательных действий избранного вида спорта);
- уровень «углубленной» технической подготовки, осуществляется преимущественно на этапе углубленной спортивной подготовки и этапе спортивного совершенствования (Направленность подготовки на приведение техники соревновательных действий к требованиям надежности, стабильности и эффективности выполнения в различных условиях и при решении различных двигательных задач, связанных с перестроением структуры движения);
- уровень «спортивно-технического мастерства», осуществляется преимущественно на этапе высшего спортивного мастерства (Направленность на преобразование техники соревновательных действий под решение тактических предварительно заданных задач).

О соединении технической и физической подготовки характеристика базовых положений принципа направленного сопряжения.

Понятие «спортивная тактика» и характеристика ее практических элементов, связь спортивной тактики и двигательного опыта спортсмена. Понятие «тактическая подготовка», определение ее места в системе подготовки спортсмена. Характеристика основных средств тактической подготовки:

- тактические упражнения в облегченных условиях;
- тактические упражнения в усложненных условиях;
- тактические упражнения в условиях, максимально приближенных к условиям предстоящего соревнования;
- тактически ориентированная практика соревновательная.

Физическая подготовка спортсменов как компонент спортивной тренировки. Общие представления о силовой подготовке, ее роли и значении в физической подготовке спортсмена.

Задачи и основные стороны силовой подготовки (общая силовая подготовка и специальная силовая подготовка), их соотношение на разных этапах спортивной тренировки. Особенности содержания силовой подготовки в зависимости от вида спортивной специализации.

Общие представления о развитии скоростных способностей в системе спортивной тренировки, их роли и значении в физической подготовке спортсмена. Задачи и основные стороны скоростной подготовки (общая силовая подготовка и специальная силовая подготовка), их соотношение на разных этапах спортивной тренировки. Особенности содержания скоростной подготовки в зависимости от вида спортивной специализации.

Общие представления о развитии выносливости в системе спортивной тренировки, ее роль и значение в физической подготовке спортсмена. Задачи и основные стороны развития выносливости (общая силовая подготовка и специальная силовая подготовка), их соотношение на разных этапах спортивной тренировки. Особенности содержания процесса развития выносливости в зависимости от вида спортивной специализации.

Общие представления о развитии координации, как интегративной качественной характеристике системы управления движениями. Виды проявления координационных способностей в спортивной практике:

- равновесие: статическое; динамическое; комбинированное (балансировка);
- дифференцировка мышечных усилий: по величине напряжения (в статическом и динамическом режимах), по скорости сокращения;
- пространственная ориентация:
 - а) определение расстояния между объектами в статическом и динамическом режиме (глазомер);
 - б) определение место положения объекта в стандартных и изменяющихся условиях (запоминание);
 - в) определение траектории и вектора передвижения объекта (прогнозирование);
 - г) перемещение объекта с ограниченной активностью слухового, зрительного и тактильного анализаторов (предвосхищение);

- точность движений: в статическом режиме, в динамическом режиме, при сбивающих факторах;

- сенсомоторные ощущения:

- а) общие характеристик: «чувство времени», «чувство пространства», «чувство скорости»;
- б) специфические характеристики: «чувство мяча», «чувство воды», «чувство соперника».

Методика развития координационных способностей в зависимости от спортивной специализации:

а) средства развития - соревновательные действия, упражнения на скорость реакции, дифференцировку мышечных усилий, пространственную и временную точность, выбора ответного действия;

б) вариативного исполнения в условиях игровой и соревновательной деятельности, в изменяющихся условиях внешней среды.

Вопросы самоподготовки

1. Охарактеризовать основные средства и методы психической подготовки спортсмена
2. Охарактеризовать основные средства и методы физической подготовки спортсмена
3. Охарактеризовать основные средства и методы технико-тактической подготовки спортсмена

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: реферат:

1. Особенности психической подготовки спортсмена в процессе спортивной тренировки.
2. Особенности технико-тактической подготовки спортсмена в процессе спортивной тренировки.
3. Особенности физической подготовки спортсмена в процессе спортивной тренировки.

Тема 6.3. Основы построения процесса спортивной подготовки.

Цель. Сформировать представления о современных подходах к построению спортивной подготовки как многолетнего педагогического процесса

Элементы содержания. Структура тренировочного процесса и характеристика основных его компонентов, особенности их взаимосвязи в целостном тренировочном процессе (понятийный аппарат).

Микроцикл, как система тренировочных занятий, объединенных общностью решения педагогических задач, характерные признаки и факторы, влияющие на его структуру. Общие представления об основных микроциклах, их задачах и специфике тренирующей направленности (собственно-тренировочные, соревновательные, восстановительные). Особенности планирования микроциклов в целостном тренировочном процессе

Мезоцикл, как система микроциклов, объединенных целевыми установками тренировочного процесса, характерные признаки и факторы, влияющие на его структуру. Общие представления об основных мезоциклах, их задачах и специфике тренирующей направленности (втягивающий, базовый, контрольно-подготовительный, предсоревновательный, соревновательный, восстановительно-подготовительный, восстановительно-поддерживающий). Особенности планирования мезоциклов в целостном тренировочном процессе.

Макроцикл, как системная организация мезоциклов, ориентированная на спортивное достижение в основном спортивном соревновании. Общие представления о структуре макроцикла, характерных признаков и факторов, на нее влияющих.

Подготовительный период, его цель и задачи, направленность тренировочного процесса. Характеристика основных этапов (общеподготовительный и специально-подготовительный), их относительная самостоятельность и взаимообусловленность, связь с основными циклами тренировочного процесса.

Соревновательный период, его цель и задачи, направленность тренировочного процесса. Характеристика основных этапов (предсоревновательный и собственно-соревновательный), их относительная самостоятельность и взаимообусловленность, связь с основными циклами тренировочного процесса.

Переходный период, его цель и задачи, направленность тренировочного процесса. Характеристика основных этапов (восстановительный и втягивающий), их относительная самостоятельность и взаимообусловленность, связь с основными циклами тренировочного процесса.

Подготовительный период, его цель и задачи, направленность тренировочного процесса. Характеристика основных этапов (общеподготовительный и специально-подготовительный), их относительная самостоятельность и взаимообусловленность, связь с основными циклами тренировочного процесса.

Понятие «спортивной формы», как интегрального показателя функционального состояния спортсмена. Характеристика основных видов спортивной формы: «максимальная спортивная форма», «учебно-тренировочная спортивная форма», «переходная спортивная форма». Представления о типах спортивной формы («командная спортивная форма» и «индивидуальная спортивная форма»).

Характеристика основных критериев «максимальной спортивной формы» («пик спортивной формы): результаты спортивных соревнований; критерии прогрессирования спортивных достижений; критерии стабильности в воспроизведении ранее достигнутых максимальных спортивных результатов.

Фазовый характер развития максимальной спортивной формы как отражение особенностей динамики физической работоспособности в условиях спортивной тренировки: фаза приобретения максимальной спортивной формы;

- фаза сохранения максимальной спортивной формы; фаза временной утраты максимальной спортивной формы.

Спортивный календарь, как основа управления динамикой развития спортивной формы.

Особенности построения спортивной тренировки как многолетнего педагогического процесса, общая характеристика основных его этапов:

- этап предварительной спортивной подготовки, цель, задачи, основные средства и методы;

- этап начальной спортивной специализации, цель, задачи, основные средства и методы;
- этап спортивного совершенствования, цель, задачи, основные средства и методы;
- этап высших спортивных достижений, цель, задачи, основные средства и методы;
- этап спортивного долголетия, цель, задачи, основные средства и методы.

Вопросы самоподготовки

1. Охарактеризовать циклы тренировочного процесса и их функциональную взаимосвязь между собой
2. Охарактеризовать основные этапы спортивной подготовки в годичном тренировочном цикле
3. Охарактеризовать этапы спортивной подготовки как многолетнего педагогического процесса.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: доклад:

1. Целевое направление микроциклов, используемых в годичном макроцикле.
2. Целевое направление этапов многолетнего процесса спортивной подготовки
3. Спортивная форма как функциональное состояние организма спортсмена.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 6

Форма практического задания: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Разделу 6:

Принцип «направленности на максимально возможные достижения», его назначение и предметная направленность в спортивной тренировке.

Принцип «единства общей и специальной подготовки спортсмена» его назначение и предметная направленность в спортивной тренировке.

Принцип «непрерывности тренировочного процесса», его назначение и предметная направленность в целостном педагогическом процессе.

Гетерохронность восстановления функциональных систем организма, как фактор повышения интенсификации целостного тренировочного процесса (увеличения количества занятий за определенный промежуток времени).

Принцип постепенности и тенденции к «предельным нагрузкам», его назначение и предметная направленность в целостном педагогическом процессе.

Принцип «волнообразности динамики нагрузок и цикличности тренировочного процесса», его назначение и предметная направленность в целостном педагогическом процессе.

Психологическая подготовка спортсмена, как основание спортивной тренировки, цель и задачи, место и значение в целостном педагогическом процессе.

Понятия «общая и специальная психологическая подготовка» их общность и различия.

Волевая подготовка, как базовая основа общей психологической подготовки спортсмена.

Характеристика методических основ общей психологической подготовки спортсменов.

Специальная психологическая подготовка как процесс обучения спортсменов оперативно управлять своими психическими состояниями.

Характеристика психических состояний, наиболее часто встречающихся в спортивной практике, и методика их регулирования: «предстартовая лихорадка», «предстартовая апатия», «злость», «агрессивность».

Технико-тактическая подготовка как основание спортивной тренировки, характеристика основных ее разделов (общая техническая подготовка, специальная техническая подготовка, развитие координационных способностей).

Понятие «спортивная тактика» и характеристика ее практических элементов, связь спортивной тактики и двигательного опыта спортсмена.

Понятие «тактическая подготовка», определение ее места в системе подготовки спортсмена.

Физическая подготовка спортсменов как компонент спортивной тренировки.

Общие представления о силовой подготовке, ее роли и значении в физической подготовке спортсмена.

Общие представления о развитии скоростных способностей в системе спортивной тренировки, их роли и значении в физической подготовке спортсмена.

Общие представления о развитии выносливости в системе спортивной тренировки, ее роль и значение в физической подготовке спортсмена.

Общие представления о развитии координации, как интегративной качественной характеристике системы управления движениями.

Методика развития координационных способностей в зависимости от спортивной специализации:

Микроцикл, как система тренировочных занятий.

Мезоцикл, как система микроциклов.

Макроцикл, как системная организация мезоциклов.

Подготовительный период, его цель и задачи, направленность тренировочного процесса.

Соревновательный период, его цель и задачи, направленность тренировочного процесса.

Переходный период, его цель и задачи, направленность тренировочного процесса.

Подготовительный период, его цель и задачи, направленность тренировочного процесса.

Спортивный календарь, как основа управления динамикой развития спортивной формы.

Особенности построения спортивной тренировки как многолетнего педагогического процесса, общая характеристика основных его этапов.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 6: тестирование

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является **дифференцированный зачет, экзамен** который проводится в **устной** форме.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
ОПК-2	Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	Знать: - значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации»; - критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной	Этап формирования знаний

		<p>предрасположенности (морфологические подходы, психодиагностические и лично-ориентированные, спортивно-интегративные подходы);</p> <ul style="list-style-type: none"> - особенности сведения воедино разнородных диагностических данных о спортивной предрасположенности; - особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса; - особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов; - анатомо-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности; - механические характеристики тела человека и его движений; - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - научно-методические основы спортивной ориентации и начального отбора в ИВС; - особенности детей, одаренных в ИВС; - методики массового и индивидуального отбора в ИВС. 	
		<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; - проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов; - определять анатомо-физиологические показатели физического развития человека; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; 	<p>Этап формирования умений</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом; - определять показатели и критерии начального отбора в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования в ИВС; - использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена в ИВС по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию; - использовать методики оценки уровня достаточной мотивации и психологической готовности для активного продолжения занятий ИВС. 	
		<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведением антропометрических измерений для оценки физического развития; - проведения оценки функционального состояния человека; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта; - обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - выявление наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования; - проведение набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности 	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		физкультурно-спортивной организации.	
ОПК-9	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	<p>Знать: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека;</p> <p>- механические характеристики тела человека и его движений;</p> <p>- систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека;</p> <p>- закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола;</p> <p>- механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности;</p> <p>- принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования;</p> <p>- роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем;</p> <p>- основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации;</p>	Этап формирования знаний

		<p>- нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования;</p> <p>- систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре;</p> <p>- методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС;</p> <p>- особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p>	
		<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; - оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; 	<p>Этап формирования умений</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; 	
		<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведением антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС. 	Этап формирования навыков и получения опыта
ОПК-14	Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта; - определять и планировать содержание методического 	Этап формирования знаний

	образовательного процесса	<p>обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - анализировать проведенные занятия по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности;</p>	
		<p>Уметь: - анализировать проведенные занятия по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности.</p>	Этап формирования умений
		<p>Владеть: - методикой проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки, ИВС; - методикой разработки методического обеспечения тренировочного процесса; - планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера.</p>	Этап формирования навыков и получения опыта
ОПК – 15.	Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий	<p>Знать: - историю строительства спортивных сооружений; - классификацию спортивных сооружений; - особенности спортивных сооружений для различных видов спорта; - состав спортивных сооружений, их габариты, разметку, пропускную способность; - правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; - параметры и оборудование различных спортивных объектов; - расположение зрительских мест на трибунах; - расположение помещений и устройства для судей и прессы; - устройство и классификации сооружений для легкой атлетики; для плавательных бассейнов; для конькобежного спорта, хоккея,</p>	Этап формирования знаний

		<p>фигурного катания, шорт-трека; для игровых видов спорта; для гребного, парусного, конного спорта, велотреков; для тира, стенда, стрельбища; для лыжного спорта; для сооружений инвалидов; - требования к экипировке, спортивному инвентарю; - способы проверки наличия и качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря и оборудования.</p>	
		<p>Уметь: - разъяснять правила поведения в помещении спортивного сооружения и на его территории; - разрабатывать план модернизации оснащения спортивного зала, выбирать оборудование; - использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по базовым видам спорта; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - использовать шаблоны и образцы для проверки спортивных снарядов, инвентаря, оборудования по размерам, массе и иным нормируемым физическим характеристикам.</p>	Этап формирования умений
		<p>Владеть - проведением фрагмента учебно-тренировочного занятия с использованием инвентаря и оборудования; - участием в судействе соревнований; - составлением плана материально-технического обеспечения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; - проведением разъяснительной беседы по бережному отношению к имуществу, правилами поведения на спортивном сооружении, правилам использования оборудования и инвентаря.</p>	Этап формирования навыков и получения опыта

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
ОПК-2; ОПК-9; ОПК-14; ОПК-15	Этап формирования знаний.	<p>Теоретический блок вопросов.</p> <p>Уровень освоения программного</p>	1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его

		<p>материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал</p>	<p>излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок: (9-10] баллов; 2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения: [8-9) баллов; 3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала: (6-8) баллов; 4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки: [0-6] баллов.</p>
ОПК-2; ОПК-9; ОПК-14; ОПК-15	Этап формирования умений	<p>Аналитическое задание (<i>рефераты, доклады, компьютерное тестирование</i>)</p> <p>Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10] баллов; 2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов; 3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с</p>
ОПК-2; ОПК-9; ОПК-14; ОПК-15	Этап формирования	<p>Аналитическое задание (<i>рефераты, доклады,</i></p>	<p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с</p>

	навыков и получения опыта.	<i>компьютерное тестирование)</i> Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.	ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов; 4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6] баллов.
--	----------------------------	--	---

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Перечень вопросов к дифференцированному зачету и экзамену по теории и методике физической культуры и спорта

1. Основные характеристики физических упражнений в прикладных видах спорта.
2. Коррекция и профилактика основных заболеваний, связанных с выбранной профессией.
3. Формирование двигательных навыков в профессиональном спорте.
4. Основные средства физической подготовки в прикладных видах спорта.
5. Необходимость систематического проведения оценки физического развития и состояния физического здоровья человека.
6. Основная характеристика средств ТМФВ.
7. Методика организации ФК с детьми школьного возраста.
8. Основные приемы коррекции и профилактики двигательных нарушений в адаптивной физической культуре.
9. Необходимость систематического проведения оценки физического развития и состояния физического здоровья человека.
10. Основная характеристика средств физической культуры в ДОУ.
11. Методика организации ФК с детьми школьного возраста.
12. Основные приемы коррекции и профилактики двигательных нарушений в адаптивной физической культуре.
13. Какие виды контроля используются для оценки физического состояния ребенка.
14. Физическая культура в физической культуре школьников освобожденных от уроков.
15. Назвать показания и противопоказания к занятиям физической культурой по наиболее часто встречаемым заболеваниям у школьников.
16. По каким признакам оценивается физическое здоровье населения.
17. В чем состоит информационное взаимодействие государственных органов исполнительной власти в сфере здравоохранения, образования, физической культуры и спорта.
18. Анализ концепции развития физической культуры и спорта в РФ «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи».
19. Основные задачи адаптивной физической культуры и физического развития населения.

20. Охарактеризовать три группы занимающихся (основная, подготовительная, специальная).
21. Основные средства адаптивной физической культуры в профилактике и коррекции двигательных нарушений.
22. Целесообразность оценки костного компонента как индикатора физических нагрузок.
23. Целесообразность оценки жирового и мышечного компонентов тела как индикатор выявления специализированности тренировочной нагрузки.
24. Проблемные аспекты перестройки управления подготовкой юных спортсменов на основе критериев биологической зрелости.
25. Индивидуально-типологические различия детей первых лет занятий в спортивной школе.
26. Методика проведения оценки физического развития человека.
27. Влияние положительных и отрицательных факторов внешней среды и социально-экономических условий жизни на физическое развитие человека.
28. Основные закономерности роста и развития ребенка.
29. Характеристика внешних признаков полового созревания.
30. Применение восстановительных средств в системе спортивной тренировки.
31. В чем отличие педагогических, психологических, медико-биологических средств.
32. использование активного и пассивного отдыха в системе спортивной тренировке и физическом воспитании.
33. Использование водных ресурсов как фактора восстановления.
34. Оздоровительная роль климатических условий в процессе восстановления.
35. Охарактеризовать условия среднегорья в системе восстановления спортсменов и повышения работоспособности.
36. Влияние климатических факторов на оценку состояния спортсмена.
37. Оценка соревновательного сооружения и спортивных трасс (покрытие. Освещенность, условия скольжения на льду) как фактор оценки показателей выступления.
38. Качество спортивного инвентаря и оборудования, связанных с выступлениями спортсменов.
39. Психологическая обстановка и фактор мотивации выступления.
40. Объективность судейства.
41. Продолжительность переезда и условия размещения спортсменов. Питание, восстановление, отдых спортсменов.
42. Комплексный контроль в системе спортивной тренировки.
43. Тесты и тестовые методики для определения физического и функционального состояния спортсменов.
44. Нормы и шкала оценок уровня физической и функциональной подготовленности в зависимости от вида спорта и уровня тренированности.
45. Оценка уровня тренированности спортсмена.
46. Текущий, этапный контроль.
47. Контроль соревновательной деятельности.
48. Методики контроля за состоянием спортсменов.
49. Внешние и внутренние факторы воздействия на спортсменов.
50. Влияние факторов внешней среды в видах спорта зависящих от них. Врачебный контроль.
51. Педагогический контроль.
52. Психологический контроль.
53. Самоконтроль.
54. Методика оценки физического состояния и функциональной работоспособности.
55. Понятие утомления в тренировочной деятельности.
56. Основные правила построения тренировочного процесса.
57. Учет процессов адаптации к тренировочным нагрузкам.
58. Понятие утомления в спорте.

59. Построение малых циклов в режиме соревновательного цикла.
 60. Построение малых циклов в режиме подготовительного цикла.
 61. Построение мезоциклов в режиме соревновательного периода.
 62. Построение мезоциклов в режиме подготовительного периода.
 63. Что такое учебная программа по виду спорта.
 64. Общие положения планирования.
 65. Цикличность тренировочного процесса.
 66. Микро, мезо, макроциклы.
 67. Подготовительный, соревновательный период, восстановительный период.
- Переходный период тренировочного процесса.
68. Построение циклов тренировочной нагрузки в зависимости от ЕКП.
 69. Анализ ЕКП и согласование тренировочных нагрузок в соответствии с календарным планом.
 70. Описать варианты построения 4-летнего олимпийского цикла. Что такое олимпийский цикл.

Примерный перечень аналитических заданий в виде рефератов и докладов

1. Общероссийский мониторинг состояния здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи.
2. Основы построения занятий ФК с детьми дошкольного возраста.
3. Основы построения занятий ФК с детьми школьного возраста
4. Физическое воспитание. Обучение движениям. Степень освоенности движений. Физические качества как функциональные качества.
5. Основное понятие - физическая подготовка. Общая и специальная физическая подготовка. Целенаправленная физическая подготовка.
6. Основные понятия физического развития. Показатели телосложения. Критерии здоровья. Показатели развития физических качеств. Физическое развитие и законы наследственности.
7. Назвать показания и противопоказания к занятиям физической культурой по наиболее часто встречаемым заболеваниям у школьников.
8. По каким признакам оценивается физическое здоровье населения.
9. В чем состоит информационное взаимодействие государственных органов исполнительной власти в сфере здравоохранения, образования, физической культуры и спорта.
10. Анализ концепции развития физической культуры и спорта в РФ «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи».
11. Основные задачи адаптивной физической культуры и физического развития населения.
12. Охарактеризовать три группы занимающихся (основная, подготовительная, специальная).
13. Основные средства адаптивной физической культуры в профилактике и коррекции двигательных нарушений.
14. Целесообразность оценки костного компонента как индикатора физических нагрузок.
15. Целесообразность оценки жирового и мышечного компонентов тела как индикатор выявления специализированности тренировочной нагрузки.
16. Проблемные аспекты перестройки управления подготовкой юных спортсменов на основе критериев биологической зрелости.
17. Индивидуально-типологические различия детей первых лет занятий в спортивной школе.
18. Методика проведения оценки физического развития человека.

19. Влияние положительных и отрицательных факторов внешней среды и социально-экономических условий жизни на физическое развитие человека.
20. Основные закономерности роста и развития ребенка.
21. Характеристика внешних признаков полового созревания.
22. Применение восстановительных средств в системе спортивной тренировки.
23. В чем отличие педагогических, психологических, медико-биологических средств.
24. использование активного и пассивного отдыха в системе спортивной тренировке и физическом воспитании.
25. Использование водных ресурсов как фактора восстановления.

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата/магистратуры/специалитета в Российском государственном социальном университете и Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по учебной дисциплине выставляется по пятибалльной системе для дифференцированного и экзамена.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры: учебник и практикум для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492988>

2. Физическая культура: учебник: [16+] / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев и др.; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. Акад. М. Ф. Решетнёва и др. – Красноярск : СФУ, 2017. – 612 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151>

5.1.2. Дополнительная литература

1. Литвинов, С. А. Каратэ: учебное пособие для вузов / С. А. Литвинов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 183 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08900-4. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494557> (дата обращения: 17.04.2022).

2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания: учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492453>

3. Физическая культура: учебное пособие : в 2 частях : [16+] / сост. Ю.В. Гребенникова, Н.А. Ковыляева, Е.В. Сантьева, Н.С. Рыжова и др. — Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2019. — Ч. 2. — 91 с.: ил., табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572859>

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся учебной дисциплины «Теория и методика физической культуры и спорта» (Модуль «Теория и методика базовых видов спорта») предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров и практических занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения учебной дисциплины и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программой учебной дисциплины, доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия, техники безопасности при работе в аудитории.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач, ознакомление с правилами техники безопасности при работе;
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной учебной программой тематики.

Обработка, обобщение полученных результатов выполненной работы проводится обучающимися самостоятельно или под руководством преподавателя (в зависимости от степени сложности поставленных задач). В результате оформляется индивидуальный отчет. Подготовленная к сдаче на контроль и оценку работа сдается преподавателю. Форма отчетности может быть письменная, устная или две одновременно. Главным результатом в данном случае

служит получение положительной оценки по каждому практическому занятию. Это является необходимым условием при проведении рубежного контроля и допуска к экзамену. При получении неудовлетворительных результатов обучающийся имеет право в дополнительное время пересдать преподавателю работу до проведения промежуточной аттестации.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Более подробная информация о самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы по дисциплине (Модуль «Теория и методика базовых видов спорта»), «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (Модуль «Теория и методика базовых видов спорта»).

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7
2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic
3. Справочная система Консультант+
4. Okular или Acrobat Reader DC
5. Ark или 7-zip
6. SKY DNS
7. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/

4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения учебной дисциплины *«Теория и методика физической культуры и спорта» Модуль " Теория и методика базовых видов спорта "* в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» используются:

Учебная аудитория для занятий лекционного типа оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

Учебная аудитория для занятий семинарского типа: оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), а также демонстрационными печатными пособиями.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

5.6. Образовательные технологии

При реализации учебной дисциплины *«Теория и методика физической культуры и спорта» Модуль " Теория и методика базовых видов спорта "* применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение учебной дисциплины *«Теория и методика физической культуры и спорта» Модуль " Теория и методика базовых видов спорта "* предусматривает использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий в форме мозгового штурма, круглого стола, тренингов постановки и прояснения цели, разбора конкретных ситуаций, в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития **профессиональных** навыков обучающихся.

При освоении учебной дисциплины *«Теория и методика физической культуры и спорта» Модуль " Теория и методика базовых видов спорта "* предусмотрено применением электронного обучения.

Учебные часы дисциплины *«Теория и методика физической культуры и спорта» Модуль " Теория и методика базовых видов спорта "* предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках учебной дисциплины *«Теория и методика физической культуры и спорта» Модуль " Теория и методика базовых видов спорта "* предусмотрены встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых связана с *направленностью "Физкультурное*

образование» реализуемой основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1	Утверждена и введена в действие решением Ученого Совета факультета физической культуры на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. №940 и приказом Министерства науки и высшего образования от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные образовательные стандарты высшего образования»	Протокол заседания Ученого совета факультета № 10 от «01» июня 2022 года	01.09.2022



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«03» июня 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

История физической культуры и спорта (МОДУЛЯ)

Направление подготовки
«Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА**

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «История физической культуры и спорта (модуля)» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата 49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура*, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

- 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;
- 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;
- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»;
- 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»;
- 05.012 Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»

Рабочая программа учебной дисциплины разработана рабочей группой в составе:
канд.пед. наук, доцент Петрова М.А.

Руководитель основной
профессиональной
образовательной программы к.п.н.,
доцент

Петрова М. А.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Блок 1 модуля) обсуждена и утверждена на Ученом совете факультета физической культуры. Протокол № 10 от «01» июня 2022 года
(наименование факультета)

Декан факультета физической
культуры, доктор педагогических наук,
доцент

Махов Александр Сергеевич

Рабочая программа дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) рекомендована к утверждению представителями организаций-работодателей

Л.Н. Ступаченко

Автономная некоммерческая организация
«Профессиональный клуб женской гимнастики
«Олимпия»,
Президент, тренер-преподаватель по спорту

(подпись)

Рабочая программа учебной дисциплины рецензирована и рекомендована к утверждению:

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры
безопасности жизнедеятельности и адаптивной
физической культуры Шуйского филиала ИвГУ

Е. А. Осокина

Кандидат педагогических наук, доцент,
доцент факультета физической культуры РГСУ

(подпись)

Е. Н. Латушкина

(подпись)

Согласовано
Научная библиотека, директор

И.Г. Маляр

(подпись)

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы <i>бакалавриата</i>	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	4
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	20
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	20
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	22
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	24
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	24
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	26
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	31
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	31
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	31
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	41
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	42
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	49
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	50
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	50
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	50
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	51
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	52
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	53
5.6 Образовательные технологии	53
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	55

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Целью учебной дисциплины «*История физической культуры и спорта*» (Модуль "Теория и методика базовых видов спорта") является изучение исторических фактов возникновения физической культуры и спорта: ее развитие предмет, задачи и место в жизни общества и личности в педагогической, тренерской, организационно-методической деятельности.

Задачи учебной дисциплины.

В результате изучения курса выпускник должен решать следующие профессиональные задачи:

1. изучить знания в области зарождения физической культуры и спорта в древнейших государствах;
2. изучить знания в области физической культуры и спорта в Древней Греции и Риме; Древней Руси.
3. изучить знания в области физической культуры и спорта в Древней Руси

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы бакалавриата

Дисциплина (модуль) «*История физической культуры и спорта (модуля)*» реализуется в *обязательной* части основной образовательной программы по направлению подготовки «49.03.01 Физическая культура» очной, заочной формам обучения.

Изучение дисциплины (модуля) «*История физической культуры и спорта (модуля)*» базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися ранее в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): «*Анатомия человека (модуля)*», «*Теория и методика физической культуры и спорта (модуля)*».

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной (модулем):

- *Психология физической культуры и спорта*

- *Физиология человека*

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: УК-2; УК-5; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-6 в соответствии с основной профессиональной образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
Разработка и реализация проектов	УК-2.	Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	УК – 2.2. - формулировать перечень взаимосвязанных задач, обеспечивающих достижение поставленной цели; - определять ожидаемые результаты решения задач; - разрабатывать различные виды планов по реализации программ в области физической культуры и спорта; - осуществлять планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом его целей и задач физкультурно-спортивной организации; - проводить анализ планов с позиций правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; - проводить оценку ресурсного обеспечения спортивного, физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом.	Знать: - требования и принципы целеполагания;- принципы и методы планирования;- виды и содержание планирования в физической культуре и спорте;- методы организации и управления в области физической культуры и спорта, применяемые на федеральном и региональном уровнях - основы планирования, бюджетирования и порядок финансирования деятельности физкультурно-спортивной организации соответствующей организационно-правовой формы и формы собственности; - количественные показатели физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы; - конституцию РФ, свои гражданские права и обязанности, законы РФ и нормативные документы в области физической культуры и спорта и образования. Уметь: формулировать перечень взаимосвязанных задач, обеспечивающих достижение поставленной цели; - определять ожидаемые результаты решения задач; - разрабатывать различные виды планов по реализации программ в области физической культуры и спорта; - осуществлять планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом его

				<p>целей и задач физкультурно-спортивной организации;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить анализ планов с позиций правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; - проводить оценку ресурсного обеспечения спортивного, физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом. <p>Владеть опытом:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования и реализации циклов занятий различной продолжительности избранному виду спорта; - планирования спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - планирования и проведения научного исследования по определению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта.
Межкультурное взаимодействие	УК – 5.	Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	УК - 5.2. - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов; - анализировать социальные истоки и мотивацию к занятиям физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта и двигательной активности; - понимать	Знать: - сущностные характеристики основных периодов в развитии философской мысли;- основные социальные институты, обеспечивающих воспроизводство социальных отношений в сфере физической культуры; - особенности мотивации к занятиям физическими упражнениями и спортом в группах различного возраста, пола, профессии и социального статуса; - механизмы социализации личности в спорте; - закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль

			<p>групповую динамику и особенности межличностных отношений в группах различного социального состава, возраста и пола, занимающихся спортом и физической культурой; - правильно подобрать инструментарий для выявления эффективности профессиональной работы (занятий физической культурой и спортом), и определения уровня социального здоровья занимающихся; - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; - осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности. - понимать социальную значимость профессии</p>	<p>человека в нем; - основные исторические формы взаимодействия человека и общества, политические концепции; - различные подходы к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - основные этапы и важнейшие события истории России; - роль в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории; - геополитическое положение России, ее национальные задачи во внешней политике; - роль и место российской цивилизации во всемирном историческом процессе; - периодизацию истории физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры, - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры.</p> <p>Уметь: - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов; - анализировать социальные истоки и мотивацию к занятиям физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта и двигательной активности; - понимать групповую динамику и особенности межличностных отношений в группах различного социального состава, возраста и пола, занимающихся спортом и физической культурой; - правильно подобрать инструментарий для</p>
--	--	--	---	---

		<p>в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта.</p>	<p>выявления эффективности профессиональной работы (занятий физической культурой и спортом), и определения уровня социального здоровья занимающихся; - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; - осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности. - понимать социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта. Владеть опытом: - анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов; - социологического</p>
--	--	---	---

				<p>анализа данных о результатах деятельности организаций физической культуры и спорта, оценки эффективности их деятельности, прогнозирования условий и направления ее развития в социально-культурном контексте;</p> <ul style="list-style-type: none"> - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.
Планирование	ОПК-1	<p>Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>ОПК -1.2. - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастано-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; -</p>	<p>Знать: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения. - влияние нагрузки различной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования</p>

			<p>описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике,</p>	<p>движений человека с заданной результативностью; - химический состав организма человека; - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом</p>
--	--	--	---	--

			<p>легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями</p>	<p>обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики,</p>
--	--	--	--	---

			<p>занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - планировать содержание учебно- тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально- технического оснащения, погодных и санитарно- гигиенических условий.</p>	<p>легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;</p> <p>- терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - способы оценки результатов учебно- тренировочного процесса в ИВС; - виды и технологии планирования и организации учебно- тренировочного процесса в ИВС.</p> <p>Уметь: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - выявлять зависимость между процессами энергообразования при</p>
--	--	--	--	--

				<p>выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом</p>
--	--	--	--	---

				<p>возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся,</p>
--	--	--	--	--

			материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.
			<p>Владеть опытом:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени

				образовательной организации.
--	--	--	--	---------------------------------

Воспитание	ОПК – 5.	<p>Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</p>	<p>ОПК-5.2. - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга.</p>	<p>Знать: - закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся; - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе; - характеристику коллектива и основы его формирования в спорте; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; - организацию воспитательного процесса в образовательных организациях; - технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения. Уметь: - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-</p>
------------	----------	---	---	---

				<p>информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга.</p> <p>Владеть опытом: - подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ; - составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом; - организации участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях.</p>
--	--	--	--	---

<p>Воспитание</p>	<p>ОПК – 6.</p>	<p>Способен формировать осознанное отношение к занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</p>	<p>ОПК-6.2. использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;- рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический</p>	<p>Знать: - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенностей питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах. Уметь: -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации</p>
-------------------	-----------------	--	--	---

			<p>повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;- рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих.</p>	<p>Владеть опытом: - применения методик оценки физического развития детей и подростков; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использованию средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; - организации встреч обучающихся с известными спортсменами</p>
--	--	--	---	---

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетные единицы.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		3			
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	72	72			
Учебные занятия лекционного типа	24	24			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					

Практические занятия	16	16			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Лабораторные занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Иная контактная работа	32	32			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Самостоятельная работа обучающихся	63	63			
Контроль промежуточной аттестации	9	9			
Форма промежуточной аттестации		диф.з ачет			
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	144	144			

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 2	
		Сессия 1-2	Сессия 3-4
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	32	32	
Учебные занятия лекционного типа	8	8	
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Практические занятия	8	8	
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Лабораторные занятия			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Иная контактная работа	16	16	
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Самостоятельная работа обучающихся	108	108	
Контроль промежуточной аттестации	4	4	
Форма промежуточной аттестации		диф. зачет	
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	144	144	

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Модуль 1 (Семестр 3) История физической культуры. Раздел 1.											
Тема 1.1. История физической культуры и спорта: предмет, задачи и место в жизни общества и личности	18	8	10	4		2				4	
Тема 1.2. Зарождение физической культуры и спорта в древнейших государствах	15	7	8	2		2				4	
РАЗДЕЛ 2. Физическая культура и спорт в древнем мире											
Тема 2.1. Физическая культура и спорт в Древней Греции, Древнем Риме	18	8	10	4		2				4	
Тема 2.2. Физическая культура и спорт в Древней Руси	16	8	8	2		2				4	
Раздел 3. Физическая культура и спорт в рыцарском обществе, Русском княжестве											
Тема 3.1 Физическая культура и спорт в рыцарском обществе	16	8	8	2		2				4	
Тема 3.2 Физическая культура и спорт в Русском княжестве	18	8	10	4		2				4	
Раздел 4. Физическая культура и спорт в новое и новейшее время											
Тема 4.1 Физическая культура и спорт в Новое время в зарубежных странах	16	8	8	2		2				4	
Тема 4.2 Физическая культура и спорт в Новейшее время в зарубежных странах	18	8	10	4		2				4	
Контроль промежуточной аттестации (час)	9										
Общий объем, часов по модулю	135	63	72	24		16				32	
Форма промежуточной аттестации	<i>диф.зачет</i>										

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Лекционные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Семинарские/ практические занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Лабораторные занятия <i>из них: в форме практической подготовки</i>	Иная контактная работа <i>из них: в форме практической подготовки</i>				
Модуль 1 (Сессия 1-2) История физической культуры. Раздел 1.										
Тема 1.1. История физической культуры и спорта: предмет, задачи и место в жизни общества и личности	18	14	4	2					2	
Тема 1.2. Зарождение физической культуры и спорта в древнейших государствах	16	12	4			2			2	
РАЗДЕЛ 2. Физическая культура и спорт в древнем мире										
Тема 2.1. Физическая культура и спорт в Древней Греции, Древнем Риме	18	14	4			2			2	
Тема 2.2. Физическая культура и спорт в Древней Руси	16	12	4	2					2	
Раздел 3. Физическая культура и спорт в рыцарском обществе, Русском княжестве										
Тема 3.1 Физическая культура и спорт в рыцарском обществе	20	16	4	2					2	
Тема 3.2 Физическая культура и спорт в Русском княжестве	16	12	4			2			2	
Раздел 4. Физическая культура и спорт в новое и новейшее время										
Тема 4.1 Физическая культура и спорт в Новое время в зарубежных странах	20	16	4			2			2	
Тема 4.2 Физическая культура и спорт в Новейшее время в зарубежных странах	16	12	4	2					2	
Контроль промежуточной аттестации (час)	4									
Общий объем, часов по модулю	140	108	32	8		8			16	
Форма промежуточной аттестации	<i>диф.зачет</i>									

РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1 (Семестр 3).							
Раздел 1. История физической культуры.	14	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	реферат	2	Компьютерное тестирование
РАЗДЕЛ 2. Физическая культура и спорт в древнем мире	16	10	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	реферат	2	Компьютерное тестирование
Раздел 3. Физическая культура и спорт в рыцарском обществе, Русском княжестве	16	10	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	Кейс-задание	2	Компьютерное тестирование
Раздел 4. Физическая культура и спорт в новое и новейшее время	17	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	7	Кейс-задание	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по дисциплине, часов	63	36	-	19	-	8	-

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1 (Курс 2 Сессии 1-2).							
Раздел 1. История физической культуры.	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	реферат	2	Компьютерное тестирование
РАЗДЕЛ 2. Физическая культура и спорт в древнем мире	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	реферат	2	Компьютерное тестирование
Раздел 3. Физическая культура и спорт в рыцарском обществе, Русском княжестве	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Кейс- задание	2	Компьютерное тестирование
Раздел 4. Физическая культура и спорт в новое и новейшее время	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	Кейс- задание	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по дисциплине, часов	108	56	-	44	-	8	-

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)

МОДУЛЬ 1. «История физической культуры» РАЗДЕЛ 1. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ДРЕВНЕМ МИРЕ

Тема 1.1. История физической культуры и спорта: предмет, задачи и место в жизни общества и личности.

Цель: формирование знаний о истории физической культуры и спорта: предмет, задачи и место в жизни общества и личности.

Перечень изучаемых элементов содержания

Предмет, задачи дисциплины. Основные теории возникновения ФК и спорта:

- теория войны
- теория магии
- теория «излишней» энергии
- теория игры
- теория труда

Вопросы для самоподготовки:

Возникновение и первоначальное развитие физических упражнений и игр в первобытном обществе.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся:

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос, опрос по темам для самостоятельной работы.

Тема 1.2. Зарождение физической культуры и спорта в древнейших государствах

Цель: формирование знаний о развитии физической культуры в древнегреческих государствах

Перечень изучаемых элементов содержания

Древний Египет, Месопотамия, Древняя Индия, Древний Китай.

Вопросы для самоподготовки:

1. Развитие физической культуры в древнегреческих городах-полисах (Спарта, Афины).
2. Физическая культура в странах Древнего Востока.
3. Какие имелись различия в системах физического воспитания в Афинах и Спарте?

Почему?

4. Каковы особенности развития физической культуры в Древнем Риме?
5. Что обозначают слова: «агон», «экехейрия»?
6. Дайте характеристику развития физической культуры в странах Древнего Востока?
7. Что обозначают слова: «инициация», «ушу», «йога».

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся:

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос, опрос по темам для самостоятельной работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1

Форма практического задания: реферат

Примерный перечень тем рефератов к Разделу 1:

1. Возникновение физической культуры в первобытном и родовом обществах.
2. Физическая культура Древней Греции.
3. Физическая культура в Древнем Риме.
4. Становление и развитие систем физической культуры в странах Востока.
5. Основы физического воспитания в Спарте.
6. Олимпийские игры античного мира, их характеристика и историческое значение.

РАЗДЕЛ 2. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ДРЕВНЕМ МИРЕ

Тема 2.1. Физическая культура и спорт в Древней Греции и Риме

Цель: формирование знаний о развитии физической культуры в Древней Греции.

Перечень изучаемых элементов содержания

Спарта. Афины. Агонистика. Зарождение Олимпийских Игр.

Вопросы для самоподготовки:

1. Олимпийские игры в древности: генезис, особенности, значение.
2. Где, когда и как проводились Олимпийские Игры Древней Греции? В чем заключалось их общественное значение?
3. Каковы были правила проведения древнегреческих Олимпийских Игр?
4. Каковы причины упадка Олимпийских Игр в Древней Греции? В чем он проявился? Почему Олимпийские Игры были запрещены?
5. Что обозначают слова: «стадия», «агон»?
6. Что обозначают слова: «колокогатия», «элланодик»?
7. Составить таблицу Олимпийских Игр в Древней Греции по следующей форме:

Название системы	Авторы Системы	Цели и задачи системы	Средства и методы физического воспитания	Снаряды, оборудование, инвентарь	Особенности системы и общая оценка

При составлении таблицы необходимо учитывать, что в течение 1168 лет было проведено 293 Олимпиады. О многих аспектах древних Олимпийских Игр судить довольно сложно. История донесла до наших дней не так много фактов, поэтому из рекомендованной литературы надо выбрать все возможные данные для заполнения таблицы.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся:

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос, опрос по темам для самостоятельной работы. Подготовить текст беседы для школьников, тема по выбору: «Возникновение Олимпийских Игр Древней Греции: мифы, предположения, реальность»; «Герои античных стадионов»; «Первая женщина – тренер»; «Ритуалы, традиции и правила древних Олимпийских Игр».

Тема 2.2. Физическая культура и спорт в Древнем Риме

Цель: формирование знаний о развитии физической культуры в Древнем Мире.

Перечень изучаемых элементов содержания

Физическое воспитание в воинской службе древних римлян. Организация легионов ветеранов военной службы. Капитолийские игры. Гладиаторские бои

Вопросы для самоподготовки:

1. Каковы особенности развития физической культуры в Древнем Риме?
2. Что обозначают слова: «агон», «экехейрия»?
3. Физическая культура в древнем Риме.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся:

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос, опрос по темам для самостоятельной работы.

Тема 2.2. Физическая культура и спорт в Древней Руси

Цель: формирование знаний о развитии физической культуры в Древней Руси.

Перечень изучаемых элементов содержания

Народные формы физического воспитания.

Условия жизни славян. Охота. Самобытные игры. Государство Киевская Русь.

Вопросы для самоподготовки:

1. Народные формы физического воспитания на Руси.
2. Воспитание в семье.
3. Кулачные бои.
4. Казачество.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся:

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос, опрос по темам для самостоятельной работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2

Форма практического задания: реферат

1. Основы физического воспитания гладиаторов.
2. Виды спорта Древних олимпийских игр.
3. Известные Олимпионики.
4. Народные формы физического воспитания на Руси.
5. Воспитание в семье.
6. Кулачные бои.
7. Казачество.
8. Семейное воспитание на Руси
9. Воспитание воина на Руси

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 2: компьютерное тестирование

РАЗДЕЛ 3. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В РЫЦАРСКОМ ОБЩЕСТВЕ, РУССКОМ КНЯЖЕСТВЕ

Тема 3.1. Физическая культура и спорт в рыцарском обществе

Цель: формирование знаний о развитии физической культуры в рыцарском обществе

Перечень изучаемых элементов содержания

Особенности жизни и особенности военной подготовки рыцаря. Рыцарские турниры. Особенности периодов раннего и развитого феодализма. Представители раннего Гуманизма.

Вопросы для самоподготовки:

1. Краткая характеристика средневековья и особенности развития физической культуры.
2. Рыцарская физическая культура.
3. Физическое воспитание крестьян и горожан в странах Западной Европы в период феодализма. Стрелковые и фехтовальные объединения (братства).
4. Физическая культура эпохи Возрождения.
5. Прогрессивные идеи в области физического воспитания в эпоху позднего средневековья (XV – XVII вв.).
6. Заполнение таблицы: «Развитие физической культуры в средние века».

Основные виды физической культуры	Характерные особенности и черты развития физической культуры	Общая оценка	Основные труды гуманистов эпохи Возрождения

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: практическое задание

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос, опрос по темам для самостоятельной работы.

Тема 3.2. Физическая культура и спорт в Русском княжестве

Цель: формирование знаний о физической культуре в Русском княжестве.

Перечень изучаемых элементов содержания

Физическое воспитание в русском княжестве. Особенности воинской службы.

Вопросы для самоподготовки:

1. Народные формы физического воспитания на Руси.
2. Воспитание в семье.
3. Кулачные бои.
4. Казачество.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся:

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос опрос по темам для самостоятельной работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 3

Форма практического задания: кейс-задание

Примерный перечень тем рефератов к Разделу 3:

Заполнение таблицы: «Развитие физической культуры в средние века».

Основные виды физической культуры	Характерные особенности и черты развития физической культуры	Общая оценка	Основные труды гуманистов эпохи Возрождения

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 3: компьютерное тестирование

РАЗДЕЛ 4. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В НОВОЕ И НОВЕЙШЕЕ ВРЕМЯ

Тема 4.1. Физическая культура и спорт в Новое время в зарубежных странах.

Цель: формирование знаний о физической культуре в новое время.

Перечень изучаемых элементов содержания

Особенности развития физической культуры и спорта в странах Западной

Европы после буржуазных революций XVII и XVIII в. Немецкое и шведское гимнастическое движение. Возникновение и развитие сокольской гимнастики. Физическое воспитание в учебных заведениях. Подразделение средств физического воспитания на спорт, гимнастику и игры. Образование современных видов спорта. Зарождение предпринимательского и профессионального спорта.

Вопросы для самоподготовки:

1. Исторические и социальные предпосылки зарождения и развития национальных систем физического воспитания в первый период Нового времени.
2. Особенности европейских национальных систем физического воспитания.
3. Немецкая гимнастика (А. Фит, Гутс-Мутс, Ф. Шписс, Ф. Ян).
4. Шведская гимнастика (Пер и Ялмар Линг).
5. Сокольская система физического воспитания.
6. Система гимнастики Ж. Демени и «естественный метод» Ж. Эбера.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся:

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос опрос по темам для самостоятельной работы.

Тема 4.2. Физическая культура и спорт в Новейшее время в зарубежных странах.

Цель: формирование знаний о физической культуре Новейшее время в зарубежных странах.

Перечень изучаемых элементов содержания

Профессионально-прикладная физическая подготовка. Внешкольное физическое воспитание.

Милитаризация физической культуры и спорта в период между первой и второй мировыми войнами. Развитие скаутского движения, создание молодежных организаций, использование физической культуры для идеологического воздействия на молодежь. Физическая культура в зарубежных странах после второй мировой войны. Усиление государственной формы управления физическим воспитанием молодежи, особенности содержания его программ в ряде развитых стран. Совершенствование массового физического воспитания и спорта в развитых странах мира.

Вопросы для самоподготовки:

1. Развитие теоретических основ физического воспитания в странах Запада
2. (Дж. Локк, Ж.-Ж. Руссо, И. Песталоцци, Ч. Кингсли).
3. Создание основ школьного физического воспитания, физкультурного и спортивного движения в XVIII – XIX вв.
4. Становление и развитие современного спорта в Западной Европе в новое время. Создание спортивных клубов и развитие отдельных видов спорта.
5. Физическая культура и спорт в зарубежных странах в период между первой и второй мировыми войнами.
6. Милитаризация физической культуры и спорта перед Второй мировой войной.
7. Развитие физической культуры и спорта в зарубежных странах после Второй мировой войны.
8. Развитие физического воспитания в учебных заведениях и общественных физкультурно-спортивных организациях в странах Западной Европы в период с начала XX в. до настоящего времени.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся:

Подготовиться к устному (письменному, письменно-устному) индивидуальному (групповому) опросу по изученным темам. Устный опрос опрос по темам для самостоятельной работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 4

Форма практического задания: кейс-задание

Составить таблицу основных систем физического воспитания в Новое время:

Название системы	Авторы системы	Цели и задачи системы	Средства и методы физического воспитания	Снаряды, оборудование, инвентарь	Особенности системы и общая оценка

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 4: компьютерное тестирование

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является **дифференцированный зачет**, который проводится в **устной** форме.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
УК-2.	Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	УК - 2.1. Знает: - требования и принципы целеполагания;- принципы и методы планирования;- виды и содержание планирования в физической культуре и спорте;- методы организации и управления в области физической культуры и спорта, применяемые на федеральном и региональном уровнях - основы планирования, бюджетирования и порядок финансирования деятельности физкультурно-спортивной организации соответствующей организационно-правовой формы и формы собственности; - количественные показатели физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы; - конституцию РФ, свои гражданские права и обязанности, законы РФ и нормативные документы в области физической культуры и спорта и образования.	Этап формирования знаний
		УК – 2.2. Умеет: - формулировать перечень взаимосвязанных задач, обеспечивающих достижение поставленной цели; - определять ожидаемые результаты решения задач; - разрабатывать различные виды планов по реализации программ в области физической культуры и спорта; - осуществлять планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом его целей и задач физкультурно-спортивной организации; - проводить анализ планов с позиций правовых норм,	Этап формирования умений

		<p>имеющихся ресурсов и ограничений; - проводить оценку ресурсного обеспечения спортивного, физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом.</p>	
		<p>УК - 2.3. Имеет опыт: - планирования и реализации циклов занятий различной продолжительности избранному виду спорта; - планирования спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - планирования и проведения научного исследования по определению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта.</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>
<p>УК – 5.</p>	<p>Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах</p>	<p>УК – 5.1. Знает: - существенные характеристики основных периодов в развитии философской мысли;- основные социальные институты, обеспечивающих воспроизводство социальных отношений в сфере физической культуры; - особенности мотивации к занятиям физическими упражнениями и спортом в группах различного возраста, пола, профессии и социального статуса; - механизмы социализации личности в спорте; - закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем; - основные исторические формы взаимодействия человека и общества, политические концепции; - различные подходы к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - основные этапы и важнейшие события истории России; - роль в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории; - геополитическое положение России, ее национальные задачи во внешней политике; - роль и место российской цивилизации во всемирном историческом процессе; - периодизацию истории физической культуры, социальную сущность, структуру</p>	<p>Этап формирования знаний</p>

		<p>и функции физической культуры, - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры.</p> <hr/> <p>УК - 5.2.Умеет: - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально- экономические, религиозно- мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов; - анализировать социальные истоки и мотивацию к занятиям физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта и двигательной активности; - понимать групповую динамику и особенности межличностных отношений в группах различного социального состава, возраста и пола, занимающихся спортом и физической культурой; - правильно подобрать инструментарий для выявления эффективности профессиональной работы (занятий физической культурой и спортом), и определения уровня социального здоровья занимающихся; - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно- следственные связи; - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; - осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности. - понимать социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; -</p>	
--	--	--	--

		<p>устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта.</p> <p>.</p>	
		<p>УК - 5.3. Имеет опыт: - анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов; - социологического анализа данных о результатах деятельности организаций физической культуры и спорта, оценки эффективности их деятельности, прогнозирования условий и направления ее развития в социально-культурном контексте; - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>
ОПК-1	<p>Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>Знать: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения, - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы</p>	<p>Этап формирования знаний</p>

		<p>регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - структуру построения занятий, формы и способы планирования; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию, классификацию, принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и способы оценки результатов обучения; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;- средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки.</p> <p>Уметь: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной</p>	<p>Этап формирования умений</p>
--	--	---	---------------------------------

		<p>результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение, подбирать методику проведения на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения,</p>	
--	--	--	--

		погодных и санитарно-гигиенических условий.	
		<p>Владеет опытом: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетки, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>	Этап формирования навыков и получения опыта
ОПК – 5.	Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения	<p>ОПК - 5.1. Знает: - закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся; - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе; -</p>	Этап формирования знаний

		<p>характеристику коллектива и основы его формирования в спорте; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; - организацию воспитательного процесса в образовательных организациях; - технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.</p>	
		<p>ОПК-5.2. Умеет: - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга.</p>	<p>Этап формирования умений</p>
		<p>ОПК-5.3. Имеет опыт: - подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ; - составления психолого-</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом; - организации участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях.	
ОПК – 6.	Способен формировать осознанное отношение к занимающимся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни	ОПК – 6.1. Знает: - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенностей питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах.	Этап формирования знаний
		ОПК-6.2. Умеет: -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать освоенные	Этап формирования умений

		<p>методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;- рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих.</p>	
		<p>ОПК-6.3. Имеет опыт: - применения методик оценки физического развития детей и подростков; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; - организации встреч обучающихся с известными спортсменами.</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
<p>УК-2; УК-5; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-6</p>	<p>Этап формирования знаний.</p>	<p>Теоретический блок вопросов.</p> <p>Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал</p>	<p>1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок: (9-10] баллов;</p> <p>2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения: [8-9) баллов;</p> <p>3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала: (6-8) баллов;</p> <p>4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки: [0-6] баллов.</p>

<p>УК-2; УК-5; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-6</p>	<p>Этап формирования умений</p>	<p>Аналитическое задание (<i>рефераты, кейс-задания, компьютерное тестирование</i>)</p> <p>Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10) баллов;</p> <p>2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов;</p>
<p>УК-2; УК-5; ОПК-1; ОПК-5; ОПК-6</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта.</p>	<p>Аналитическое задание (<i>рефераты, кейс-задания, компьютерное тестирование</i>)</p> <p>Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.</p>	<p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов;</p> <p>4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6) баллов.</p>

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Теоретический блок вопросов к дифференцированному зачету:

Примерный перечень аналитических заданий в виде рефератов и докладов

1. Возникновение физической культуры в первобытном и родовом обществах.
2. Физическая культура Древней Греции.
3. Физическая культура в Древнем Риме.
4. Становление и развитие систем физической культуры в странах Востока.
5. Олимпийские игры античного мира, их характеристика и историческое значение.
6. Военно-физическая подготовка феодальной знати в странах Западной Европы.

7. Становление и развитие современного спорта в Западной Европе и других странах в новое время. Создание спортивных клубов и развитие отдельных видов спорта.
8. Развитие физического воспитания в учебных заведениях и общественных физкультурно-спортивных организациях странах западной Европы в период с XVII в. до настоящего времени.
9. Развитие теоретических основ физического воспитания в первый период нового времени в странах Запада.
10. Возникновение и развитие немецкого и шведского гимнастического движения в XIX в.
11. Физическая подготовка в русской армии и флоте со второй половины XIX века.
12. Развитие русской науки о физическом воспитании во второй половине XIX века.
13. Теория физического образования П.Ф. Лесгафта.
14. Физкультурное и спортивное движение в дореволюционной России.
15. Участие русских спортсменов в международных соревнованиях в конце XIX начале XX вв.
16. Олимпийское движение в России и СССР.
17. Российские олимпиады 1913 и 1914 годов.
18. Становление физической культуры и спорта в СССР 1925-1941 гг.
19. Перестройка советского физкультурного движения накануне и в годы Великой Отечественной войны.
20. Развитие физической культуры и спорта в СССР в период 1945-1991 гг.
21. Первая спартакиада народов СССР 1956 г. и ее значение для дальнейшего развития советского физкультурного движения.
22. Выступление отечественных спортсменов на летних Олимпийских играх.
23. Выступление отечественных спортсменов на зимних Олимпийских играх.

Примерный перечень вопросов к зачету с оценкой

1. Предмет и задачи истории физической культуры и спорта.
2. Возникновение физической культуры в первобытном и родовом обществах.
3. Развитие физической культуры в Древней Греции.
4. Развитие физической культуры в Древнем Риме.
5. Физическое воспитание у древних народов Севера, Сибири и Закавказья.
6. Становление и развитие систем физической культуры в странах Востока.
7. Олимпийские игры античного мира, их характеристика и историческое значение.
8. Военно-физическая подготовка феодальной знати в странах Западной Европы. Рыцарские турниры и другие состязания.
9. Физическое воспитание крестьян и горожан в странах Западной Европы в период феодализма. Стрелковые и фехтовальные объединения (братства).
10. Теоретические обобщения и прогрессивные идеи в области физического воспитания в средние века (XV - XVII вв.).
11. Становление и развитие современного спорта в Западной Европе и других странах в новое время. Создание спортивных клубов и развитие отдельных видов спорта.
12. Развитие теоретических основ физического воспитания в первый период нового времени в странах Запада (Дж. Локк, Ж.-Ж. Руссо, И. Песталоцци, Г. Фит, И. Гутс-Мутс и др.).
13. Возникновение и развитие немецкого гимнастического движения в XIX в.
14. Возникновение и развитие шведской системы гимнастики в XIX в.
15. Возникновение и развитие сокольской системы гимнастики в середине XIX века.
16. Формирование в Англии школьного физического воспитания, основанного на современной спортивно-игровой деятельности (XIX в.).
17. Модернизация систем и методов физического воспитания в Западной Европе во второй половине XIX в. Система гимнастики Г. Демени. Метод естественной гимнастики.
18. Развитие физического воспитания в учебных заведениях и общественных физкультурно-спортивных организациях в странах Западной Европы в период с XVII в. до настоящего времени.

19. Развитие физической культуры в России с древнейших времен до XVIII века.
20. Начало формирования спортивно-гимнастического движения в России со второй половины XIX в. Создание спортивных клубов и развитие отдельных видов спорта.
21. Становление и развитие системы физического воспитания в образовательных учреждениях и общественных физкультурно-спортивных организациях России в период с XVII в. до настоящего времени.
22. Развитие русской науки о физическом воспитании во второй половине XIX века (П.Ф.Каптерев, Д.И. Писарев, К.Д. Ушинский, Н.И. Пирогов, И.М. Сеченов и др.).
23. Физическое воспитание и спорт в народном быту и у дворян в России (XVIII-XIX в.в.).
24. Бойскаутское движение за рубежом и в России.
25. Теория физического воспитания П.Ф. Лесгафта.
26. Физкультурное и спортивное движение в дореволюционной России. Участие русских спортсменов в международных соревнованиях.
27. Образование Российского олимпийского комитета. Российские олимпиады 1913 и 1914 годов. Создание Олимпийского комитета СССР и Российской Федерации.
29. Развитие ФК и С в первые годы советской власти. Значение Всеобуча на становление системы физического воспитания в Советской республике.
30. Становление физической культуры и спорта в СССР 1925-1941 гг. Образование Всесоюзного комитета по делам ФК и С.
31. Введение физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне СССР» и Единой Всесоюзной спортивной классификации.
32. Усиление милитаризации ФК и С накануне второй мировой войны.
33. Перестройка советского физкультурного движения накануне и в годы Великой Отечественной войны.
34. Боевые подвиги советских спортсменов на фронтах Великой Отечественной войны.
35. Развитие физической культуры и спорта в СССР после Великой Отечественной войны.
36. Организация подготовки физкультурных кадров в СССР после ВОВ.
37. Первая Спартакиада народов СССР 1956 г. и ее значение для дальнейшего развития советского физкультурного движения.
38. Основные компоненты советской системы физического воспитания: научно-методические, организационные и материально-технические.
39. Развитие советской науки в области ФК и С в СССР. Становление методических основ советской системы физического воспитания.
42. Особенности развития спортивного движения в период между первой и второй мировыми войнами.
44. Олимпийские игры в период между двумя мировыми войнами, их особенность.
46. Олимпийские игры в Москве. Попытка раскола международного олимпийского движения. Бойкот Игр XXII Олимпиады 1980 г. и XXIII Олимпиады 1984 г.
47. Выступление отечественных спортсменов на летних Олимпийских играх.
48. Выступление отечественных спортсменов на зимних Олимпийских играх.
49. Мировые, национальные, региональные спортивные объединения.
50. Структура и функции государственных и общественных органов управления ФК и С в Российской Федерации.
52. Возрождение олимпийского движения и его функционирование в настоящее время. Образование МОК и Олимпийские игры современности.
53. Атрибуты и символика современных Олимпийских игр (флаг, эмблема, девиз, награды, неофициальный командный зачет и др.).

Тестирование

3.1. Примерные задания

Контрольная точка 1.

1. Какая страна является родиной Олимпийских игр?

А. Древний Рим.

- Б. Греция.
В. Китай.
2. Каковы причины появления античных Олимпийских игр?
А. Олимпийские игры появились как религиозный языческий праздник в честь бога Зевса.
Б. Олимпийские игры были созданы для демонстрации силы, ловкости и смелости атлетов.
В. Олимпийские игры были созданы для укрепления экономических, политических и культурных связей с другими народами.
3. Какая дата является точкой отсчета в истории древних Олимпийских игр?
А. 1896 г.
Б. 776 г. до н. э.
В. 520 г. до н. э.
4. Назовите имя первого известного победителя античных Олимпийских игр.
А. Армянский царь Вараздат.
Б. Римский император Нерон.
В. Повар из Элиды Кореб.
5. Кто имел право участвовать в античных Олимпийских играх?
А. Все желающие.
Б. Свободно рожденные греки.
В. Мужчины и женщины Греции и Рима.
6. Кто автор всемирно известной скульптуры “Дискобол”?
А. Мирон.
Б. Сикейрос.
В. Леонардо да Винчи.
7. Слово “стадион” произошло от
А. Греческой меры длины “стадий”, равной 192,27 м.
Б. Места, где проходили соревнования по пентатлону.
В. Названия здания, где тренировались атлеты.
8. “Если хочешь быть красивым – бегай, если хочешь быть здоровым – бегай, если хочешь быть умным – бегай”. Откуда этот афоризм?
А. Строки из “Оды спорту” П. де Кубертена.
Б. Высечено на стене форума в Элладе.
В. Слова из олимпийского гимна.
9. Назовите имя античного олимпионика, одержавшего двенадцать побед.
А. Борец Милон из Кротона.
Б. Атлет Леонидас из Родоса.
В. Бегун Кореб из Элиды.
10. “Экехейрия” – это ...
А. Священный праздник в честь богини плодородия.
Б. Священное перемирие во время Олимпийских игр.
В. Соревнования атлетов по особой программе.
11. В Древней Греции “Марафон” – это ...
А. Бег на дистанцию 42,195 м.;
Б. Имя греческого атлета;
В. Географическое место, где произошло сражение во время греко-персидской войны.
12. Каковы причины упадка античных Олимпийских игр?
А. Завоевательные походы А. Македонского.
Б. Экономический и политический упадок Греции.
В. Появление наемного войска и профессиональных атлетов.
Г. Возвышение Рима.
13. Кто, когда и почему запретил Олимпийские игры в Древней Греции?
А. Император Август в 31 г. до н.э. перенес Олимпийские игры в Рим.
Б. Император Феодосий в 394 г. запретил языческое летоисчисление и языческие традиции жертвоприношений богам.

- В. Император Юстиниан в 490 г. отменил Олимпийские игры как потерявшие свою популярность и значимость.
14. Какое место занимала физическая культура в средние века?
- Существовал культ атлетизма, Олимпийские игры продолжались.
 - Палестры и гимнасии были центрами физического воспитания.
 - Существовал культ аскетизма, Олимпийские игры были преданы забвению.
15. Какие наиболее популярные виды физических упражнений существовали в средние века?
- Рыцарские турниры, разнообразные игры крестьян и горожан.
 - Гладиаторские бои, скачки колесниц.
 - Спортивные соревнования по программе античных Олимпийских игр.
16. Ян Амос Коменский – это ...
- Чешский педагог, сделавший физическое воспитание частью школьной программы обучения.
 - Немецкий рыцарь, славившийся непобедимым на турнирах.
 - Итальянский гуманист, атлет, победитель Римских игр.
17. Какой вклад в развитие физической культуры внес И.Г. Песталоцци?
- Написал книгу “О правилах катания на коньках” (1825 г.).
 - Разработал основы суставной гимнастики.
 - Написал книгу “Элементарная гимнастика”.
 - Создал основы туркунста.
18. Основателями немецкой гимнастики были ...
- Аморос, Демени, Эбер.
 - Фитс, Гутс-Мутс, Ян, Шписс.
 - Кингсли, Арнольд, Далькроз.
19. Какой вклад в развитие гимнастики внесли шведские педагоги Пер и Ялмар Линг?
- Создали многообразные гимнастические снаряды.
 - Разработали схему урока физической культуры.
 - Создали систему естественно-прикладной гимнастики.
 - Выявили зависимость физических упражнений от анатомических особенностей строения человека.
 - Разработали спортивно-игровой метод обучения.
20. Что лежит в основе английской системы физического воспитания?
- Спортивно-игровой метод.
 - Суставная гимнастика.
 - Естественно-прикладная гимнастика.
21. Что включал в себя спортивно-игровой метод обучения?
- Туризм (пикники).
 - Преодоление полосы препятствий.
 - Занятия на снарядах.
 - Спорт (плавание, верховая езда, стрельба и др.).
 - Игры (регби, футбол, крикет и др.).
22. Кому принадлежит идея о том, чтобы правильно выполнять упражнения недостаточно уметь сокращать свою мускулатуру, нужно уметь и расслаблять ее, а для наилучшего сокращения мышц их полезно предварительно растянуть (разминка, подготовительная часть урока, утренняя зарядка)?
- Ф. Аморосу.
 - Ж. Демени.
 - П. Лингу.
23. Какой вклад в развитие физического воспитания внес Ж. Эбер?
- Создал “естественный метод”.
 - Ввел комплексный зачет из 19 видов упражнений.
 - Заложил основы суставной гимнастики.
24. Почему не состоялись игры VI, XII, XIII Олимпиад?

- А. Была развязана “холодная война”.
- Б. В годы этих Олимпиад разразился мировой экономический кризис.
- В. Эти игры пришлось на годы I и II мировых войн.
- Контрольная точка 2
1. Кто является автором “Поучения чадам своим”?
- А. Владимир Мономах.
- Б. Ярослав Мудрый.
- В. Александр Невский.
2. Кто из российских царей, обеспокоенный физическим состоянием населения и особенно солдат, вводит обязательную физическую подготовку в ряде учебных заведений, проводит экзерциции?
- А. Петр I.
- Б. Екатерина II.
- В. Павел I.
3. Кто создал первую отечественную систему физического воспитания?
- А. Е.А. Покровский.
- Б. К.Д. Ушинский.
- В. П.Ф. Лесгафт.
4. Кто из российских представителей вошел в первый состав МОК?
- А. Генерал А.Д. Бутовский
- Б. Преподаватель Петербургского университета, энтузиаст конькобежного спорта и фигурного катания В. И. Срезневский.
- В. Ученый, педагог П.Ф. Лесгафт.
5. Когда впервые на Олимпийских играх выступили спортсмены России?
- А. 1896 г.
- Б. 1900 г.
- В. 1908 г.
6. Кто из спортсменов России стал первым олимпийским чемпионом?
- А. Борец Г. Гакеншмидт.
- Б. Фигурист Н. Панин-Коломенкин.
- В. Борец М. Клейн.
6. Сколько олимпийских наград завоевали спортсмены дореволюционной России?
- А. Выступления были настолько неудачными, что российские спортсмены не получили олимпийских наград.
- Б. 1 золотая, 4 серебряные, 2 бронзовые медали.
- В. 46 золотых, 31 серебряная, 31 бронзовая медали.
7. Как Россия стала готовиться к играм VI Олимпиады 1916 г.?
- А. В стране стали проходить отборочные соревнования (Российские Олимпиады).
- Б. Стали открываться высшие физкультурные учебные заведения.
- В. Стали строиться спортивные сооружения (катки, стадионы).
- Г. Шла консолидация общественных и государственных организаций по развитию спорта в стране.
8. Дайте определение термину “Всевобуч”.
- А. Всероссийское общество учащихся.
- Б. Всеобщее военное обучение.
- В. Всеобщее высшее образование.
9. Когда был создан Всевобуч? Кто его возглавил?
- А. 1918 г., Н.И. Подвойский.
- Б. 1919 г., В.И. Ленин.
- В. 1922 г., Ф.Э. Дзержинский.
10. Почему Советский Союз не принимал участия в Олимпийских играх после революции 1917 г.?
- А. Не было талантливых спортсменов.

- Б. МОК не признавал Советскую Россию.
 В. Советский Союз считал Олимпийские игры буржуазными, призывал их бойкотировать и создавать самостоятельное пролетарское спортивное движение.
 Г. Разруха в стране, экономические трудности не позволили Советскому Союзу отправить спортсменов на Олимпийские игры.
11. Какое важное событие в спортивной жизни страны произошло в 1928 г.?
 А. Чемпионат страны по различным видам спорта.
 Б. Всесоюзная Спартакиада.
 В. Велопробег Москва – Ташкент.
12. Какую роль в жизни нашей страны сыграл комплекс “Готов к труду и обороне СССР”?
 А. Способствовал активизации физкультурно-спортивной работы среди населения.
 Б. Повышал патриотический и трудовой энтузиазм советского народа.
 В. Был важной мерой в оздоровлении населения.
13. Что такое ЕВСК? С какого времени существует?
 А. Это единая всесоюзная спортивная классификация, с 1935 г.
 Б. Это единые высшие спортивные курсы, с 1921 г.
 В. Это единый всемирный спортивный клуб, с 1988 г.
14. Чем объяснить успехи советских спортсменов на Олимпийских играх 1952 - 1992 гг.?
 А. Использование спорта как средства в борьбе за политическое и идеологическое превосходство.
 Б. Приоритетное финансирование спорта высших достижений.
 В. Советская система физического воспитания.
 Г. Высокое социально-экономическое развитие Советского Союза.
15. К каким последствиям для развития спорта привел распад Советского Союза, политические и экономические реформы 1990-х годов?
 А. К профессионализации и коммерциализации спорта.
 Б. Закрытие ДЮСШ, стадионов и др. спортивных сооружений.
 В. Оттоку российских спортсменов в зарубежные клубы и страны.
 Г. Повышению мастерства российских спортсменов.
 Д. созданию более мощной материально-технической базы спорта.
 Е. Повышению финансовой самостоятельности и инициативы спортивных организаций.
16. Кто из олимпийцев был удостоен звания “Герой Российской Федерации”?
 А. Раиса Сметанина.
 Б. Любовь Егорова.
 В. Елена Вяльбе.
 Г. Александр Карелин.
 Д. Лариса Лазутина.
 Е. Лидия Скобликова.
17. Каковы причины возрождения Олимпийских игр в XIX веке?
 А. Археологические раскопки в Олимпии.
 Б. Развитие экономических, политических и культурных связей между странами.
 В. Институционализация спортивных организаций в национальном и международном масштабе;
 Г. Деятельность П. де Кубертена.
 Д. Активная деятельность правительства Советского Союза по развитию олимпийского движения.
18. Когда и где был создан Международный Олимпийский Комитет?
 А. 1894 г., Париж.
 Б. 1896 г., Афины.
 В. 1948 г., Лондон.
19. Кто был избран первым президентом МОК?
 А. Пьер де Кубертен.

Б. Деметриус Викелас.

В. Хуан Антонио Самаранч.

20. Когда и где состоялись игры I Олимпиады современности?

А. 1894 г., Париж.

Б. 1896 г., Афины.

В. 1908 г., Лондон.

21. Кто стал первым олимпийским чемпионом современности?

А. Американский пловец Д. Вейсмюллер, проплывший 100 метров вольным стилем за 59,0

с.

Б. Индеец из команды США Джим Торп, набравший в десятиборье 8412 очков.

В. Студент Гарвардского университета (США) Джеймс Конноли, прыгнувший тройным на 13 м. 71 см.

22. Когда впервые на Олимпийских играх выступили женщины, и кто стал первой олимпийской чемпионкой?

А. 524 г. до н.э., Олимпийские игры (Древняя Греция), Ференика.

Б. 1900 г., Игры II Олимпиады (Париж), Шарлотта Купер.

В. 1924 г., I зимние Олимпийские игры (Шамони), Сони Хени.

23. В каком году СССР вступил в олимпийское движение?

А. 1913 г.

Б. 1980 г.

В. 1951 г.

24. Почему спортивные команды СССР и социалистических стран не поехали на Олимпийские игры 1984 г. в Лос-Анджелес?

А. Распался лагерь социалистических стран.

Б. Экономические проблемы социалистических стран не позволили их командам участвовать в Олимпийских играх.

В. Сложная политическая обстановка и недоброжелательность организаторов игр.

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата/магистратуры/специалитета в Российском государственном социальном университете и Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для зачета с оценкой и системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры: учебник и практикум для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492988>

5.1.2. Дополнительная литература

1. Бирюков, И., свящ. Спортивная духовность: философско-теологический аспект / И., свящ. Бирюков; под ред. А.Д. Похилько ; Армавирский государственный педагогический университет. – Армавир: Армавирский государственный педагогический университет, 2019. – 136 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=564662>

2. Лагутина, М.Д. Олимпизм, олимпийское движение и олимпийские игры: учебное пособие: [16+] / М.Д. Лагутина; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Сибирская олимпийская академия. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. – 281 с.: табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573619>

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским	https://grebennikon.ru/

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся учебной дисциплины «История физической культуры и спорта» Модуль "Теория и методика базовых видов спорта" предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров и практических занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения учебной дисциплины и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программой учебной дисциплины, доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия, техники безопасности при работе в аудитории.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения

предложенных преподавателем задач, ознакомление с правилами техники безопасности при работе;

– самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной учебной программой тематики.

Обработка, обобщение полученных результатов выполненной работы проводится обучающимися самостоятельно или под руководством преподавателя (в зависимости от степени сложности поставленных задач). В результате оформляется индивидуальный отчет. Подготовленная к сдаче на контроль и оценку работа сдается преподавателю. Форма отчетности может быть письменная, устная или две одновременно. Главным результатом в данном случае служит получение положительной оценки по каждому практическому занятию. Это является необходимым условием при проведении рубежного контроля и допуска к дифференцированному зачету. При получении неудовлетворительных результатов обучающийся имеет право в дополнительное время пересдать преподавателю работу до проведения промежуточной аттестации.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Более подробная информация о самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы по дисциплине (Модуль "Теория и методика базовых видов спорта")», «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (Модуль).

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7
2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic
3. Справочная система Консультант+
4. Okular или Acrobat Reader DC
5. Ark или 7-zip
6. SKY DNS
7. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным	http://biblioclub.ru/

		материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	
2.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения учебной дисциплины *«История физической культуры и спорта» Модуль "Теория и методика базовых видов спорта"* в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» используются:

Учебная аудитория для занятий лекционного типа оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), видеофильмами (Серия из 10 фильмов «История возникновения физической культуры», «Зарождение спорта в России», «Зарождение спорта в зарубежных странах», «Олимпийские игры современности»).

Учебная аудитория для занятий семинарского типа: оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), видеофильмами (Серия из 10 фильмов «История возникновения физической культуры», «Зарождение спорта в России», «Зарождение спорта в зарубежных странах», «Олимпийские игры современности»).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

5.6. Образовательные технологии

При реализации учебной дисциплины *«История физической культуры и спорта» Модуль "Теория и методика базовых видов спорта"* применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение учебной дисциплины *«История физической культуры и спорта» Модуль "Теория и методика базовых видов спорта"* предусматривает использование активных и интерактивных форм проведения учебных занятий в форме мозгового штурма, круглого стола, тренингов постановки и прояснения цели, разбора конкретных ситуаций, в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

Номер темы	Вид занятия	Используемая интерактивная образовательная технология (наименование и краткая методическая характеристика)	Кол-во часов
№1	Семинар	Тренинг постановки и прояснения цели «Развитие физического воспитания в учебных заведениях и общественных физкультурно-спортивных организациях странах западной Европы в период с XVII в. до настоящего времени»	2
№2	Семинар	Разбор конкретной ситуации «Теория физического образования П.Ф. Лесгафта.»	2
№3	Семинар	Круглый стол «Олимпийское движение в России и СССР»	2
№4	Семинар	Разбор конкретной ситуации «Историко-теоретический анализ школьных программ по физической культуре в России»	2
№5	Семинар	Разбор ситуации «Спорт как средство воспитания молодежи.»	2
№6	Семинар	Разбор конкретной ситуации «Физическое воспитание у древних народов Севера, Сибири и Закавказья»	2
№7	Семинар	Мозговой штурм «Модернизация систем и методов физического воспитания в Западной Европе во второй половине XIX в. Система гимнастики Г. Демени. Метод естественной гимнастики»	2
№8	Семинар	Круглый стол «Зарождение и развитие профессионального спорта за рубежом и в России»	2
Итого:			16

При освоении учебной дисциплины *«История физической культуры и спорта» Модуль " Теория и методика базовых видов спорта"* предусмотрено применением электронного обучения.

Учебные часы дисциплины *«История физической культуры и спорта» Модуль " Теория и методика базовых видов спорта"* предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках учебной дисциплины *«История физической культуры и спорта» Модуль " Теория и методика базовых видов спорта"* предусмотрены встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых связана с направленностью *"Физкультурное образование» реализуемой* основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1	Утверждена и введена в действие решением Ученого Совета факультета физической культуры на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. №940 и приказом Министерства науки и высшего образования от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные образовательные стандарты высшего образования»	Протокол заседания Ученого совета факультета № 10 от «01» июня 2022 года	01.09.2022



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«03» июня 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Биохимия человека (МОДУЛЯ)

Направление подготовки
«Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА**

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Биохимия человека (модуля)» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата 49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

- 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;
- 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;
- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»;
- 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»;
- 05.012 Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»

Рабочая программа учебной дисциплины разработана рабочей группой в составе: канд. биол. наук, доцента Карташев В.П.

Руководитель основной профессиональной образовательной программы к.п.н., доцент

Петрова М. А.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Блок 1 модуля) обсуждена и утверждена на Ученом совете факультета физической культуры. Протокол № 10 от «01» июня 2022 года
(наименование факультета)

Декан факультета физической культуры, доктор педагогических наук, доцент

Махов Александр Сергеевич

(подпись)

Рабочая программа учебной дисциплины рекомендована к утверждению представителями организаций-работодателей при совместной разработке:

Генеральный директор Национального центра развития технологий социальной поддержки и реабилитации «Доверие», кандидат медицинских наук, доцент

А.Н. Комаров

(подпись)

Рабочая программа учебной дисциплины рецензирована и рекомендована к утверждению:

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и адаптивной физической культуры Шуйского филиала ИвГУ

Е.А. Осокина

(подпись)

Кандидат педагогических наук, доцент факультета физической культуры РГСУ

И.Н. Бакай

(подпись)

Согласовано
Научная библиотека, директор

И.Г. Маляр

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы <i>бакалавриата</i>	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	4
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	17
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	17
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	19
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	22
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	22
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	24
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	42
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	42
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	42
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	49
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	51
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	52
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	52
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	52
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	53
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	53
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	55
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	56
5.6 Образовательные технологии	56
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	57

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Целями учебной дисциплины «Биохимия человека» (Модуль " Блок 1.") являются формирование знаний о количественных физико-химических методах оценки роли биохимических процессов при физических нагрузках для разработки методов диагностики, контроля и управления состоянием организма в норме, при физических нагрузках и патологии при реализации педагогических, тренерских, организационно-методических задач.

Задачи учебной дисциплины.

Сформировать методологическую основу системного подхода к решению задач физической и спортивной подготовки на основе знаний молекулярных механизмов биохимических процессов у лиц разного пола и возраста, лиц с отклонениями в состоянии здоровья различных нозологических форм, возрастных и гендерных групп.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы бакалавриата

Дисциплина (модуль) «Биохимия человека (модуля)» реализуется в *обязательной* части основной образовательной программы по направлению подготовки «49.03.01 Физическая культура» очной, заочной формам обучения.

Изучение дисциплины (модуля) «Биохимия человека (модуля)» базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися ранее в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): «Анатомия человека (модуля)», «Теория и методика физической культуры и спорта (модуля)».

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной (модулем):

- Психология физической культуры и спорта

- Физиология человека

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: ОПК-1; ОПК-9, ПК-3 в соответствии с основной профессиональной образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора	Результаты обучения
-----------------------	-----------------	--------------------------	-------------------------------	---------------------

			ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ	
Планирование	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. - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный	Знать: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения. - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - химический состав организма человека; - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое

			<p>процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой</p>	<p>и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомио-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; -</p>
--	--	--	--	--

			<p>атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>	<p>организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - способы оценки</p>
--	--	--	---	---

				<p>результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p>
				<p>Уметь: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-</p>

				<p>воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов</p>
--	--	--	--	---

				<p>деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>
				<p>Владеть опытом: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности;</p> <p>- проведения анатомического анализа физических упражнений;</p> <p>- биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий</p>

				<p>оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочный занятий по ИВС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>
--	--	--	--	--

Контроль и анализ	ОПК – 9.	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	ОПК-9.2. - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; - оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической	Знать: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов,
-------------------	----------	---	---	--

				<p>фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p> <p>Уметь: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; - оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных</p>
--	--	--	--	--

				<p>физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабиллометрию,</p>
--	--	--	--	--

				<p>эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС.</p> <p>Владеть опытом проведения антропометрических измерений; - применения</p>
--	--	--	--	--

				<p>методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС.</p>
Подготовка спортсменов	ПК – 3.	Способен использовать в процессе спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные мероприятия с учетом специфики вида спорта,	ПК-3.2. Проводить с обучающимися тренировки на основе комплекса специальных упражнений, соответствующих специфике вида спорта, с целью развития технической подготовки	Знать - Медицинские, возрастные и биохимические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на этапах спортивной подготовки, биохимии и гигиены спорта, режимы тренировочной работы, предельные тренировочные нагрузки, объем индивидуальной спортивной подготовки.

		возраста и пола обучающихся, в том числе с применением методик спортивного массажа.		<p>Уметь - Проводить с обучающимися тренировки на основе комплекса специальных упражнений, соответствующих специфике вида спорта, с целью развития технической подготовки</p> <p>Владеть - проведением с обучающимися тренировок на основе комплекса общеразвивающих и специальных упражнений с использованием различных отягощений и тренажерных устройств, проведением с обучающимися тренировки на основе комплекса специальных упражнений, соответствующих специфике вида спорта, с целью развития технической подготовки, подготовкой обучающихся к выполнению нормативов спортивного разряда не ниже кандидата в мастера спорта России, по игровым видам спорта – не ниже первого спортивного разряда, обеспечением безопасности при проведении занятий по общей физической подготовке на этапах подготовки.</p>
--	--	---	--	--

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетные единицы.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		3			
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	72	72			

Учебные занятия лекционного типа	18	18			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Практические занятия	22	22			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	17	17			
Лабораторные занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Иная контактная работа	32	32			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Самостоятельная работа обучающихся	63	63			
Контроль промежуточной аттестации	9	9			
Форма промежуточной аттестации		диф.зачет			
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	144	144			

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 4	
		Сессия 1-2	Сессия 3-4
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	32	32	
Учебные занятия лекционного типа	8	8	
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Практические занятия	8	8	
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	8	8	
Лабораторные занятия			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Иная контактная работа	16	16	
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Самостоятельная работа обучающихся	108	108	
Контроль промежуточной аттестации	4	4	
Форма промежуточной аттестации		диф.зачет	
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	144	144	

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа
Модуль 1 (Семестр 3). Биохимия человека										
Раздел 1. Общая биохимия Тема 1. Химический состав организма человека. Общие закономерности и регуляция обмена веществ в организме человека. Биокатализ.	18	8	10	4		2	2			4
Тема 2. Биоэнергетика. Обмен воды и минеральных соединений.	15	7	8	2		2	2			4
Раздел 2. Тема 1. Обмен углеводов. Обмен липидов.	16	8	8	2		2	2			4
Тема 2. Обмен белков и нуклеиновых кислот. Биохимия мышц и мышечного сокращения.	16	8	8	2		2	2			4
Биохимия спорта										
Раздел 3. Тема 1. Энергетическое обеспечение мышечной деятельности. Биохимические изменения в организме при мышечной деятельности различного характера. Биохимические основы утомления.	16	8	8	2		2	2			4
Тема 2. Биохимические превращения в период восстановления после мышечной работы.	18	8	10	2		4	4			4
Раздел 4. Тема 1. Биохимическое обоснование методики занятий физической культурой и спортом с лицами разного возраста и	18	8	10	2		4	3			4

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
		Самостоятельная работа	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
пола.										
Тема 2. Биохимические основы рационального питания при занятиях физической культурой и спортом.	18	8	10	2		4				4
Контроль промежуточной аттестации (час)	9									
Общий объем, часов по модулю	135	63	72	18		22	17			32
Форма промежуточной аттестации	<i>диф.зачет</i>									

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
		Самостоятельная работа	Лекционные занятия	из них: в форме практической	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической	Лабораторные занятия	из них: в форме практической	Иная контактная работа	из них: в форме практической
Модуль 1 (Курс 4 Сессии 1-2). Биохимия человека										
Раздел 1. Общая биохимия Тема 1. Химический состав организма человека. Общие закономерности и регуляция обмена	18	14	4			2	2			2

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической		Семинарские/	из них: в форме практической		Лабораторные занятия	из них: в форме практической
веществ в организме человека. Биокатализ.											
Тема 2. Биоэнергетика. Обмен воды и минеральных соединений.	18	14	4	2						2	
Раздел 2. Тема 1. Обмен углеводов. Обмен липидов.	18	14	4			2	2			2	
Тема 2. Обмен белков и нуклеиновых кислот. Биохимия мышц и мышечного сокращения.	18	14	4	2						2	
Биохимия спорта											
Раздел 3. Тема 1. Энергетическое обеспечение мышечной деятельности. Биохимические изменения в организме при мышечной деятельности различного характера. Биохимические основы утомления.	18	14	4			2	2			2	
Тема 2. Биохимические превращения в период восстановления после мышечной работы.	18	14	4	2						2	
Раздел 4. Тема 1. Биохимическое обоснование методики занятий физической культурой и спортом с лицами разного возраста и пола.	16	12	4			2	2			2	
Тема 2. Биохимические основы рационального питания при занятиях физической культурой и спортом.	16	12	4	2						2	
Форма промежуточной аттестации	<i>диф.зачет</i>										
Общий объем, часов по модулю	140	108	32	8		8	8			16	

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической	Семинарские/	из них: в форме практической	Лабораторные занятия	из них: в форме практической	Иная контактная работа
Контроль промежуточной аттестации (час)	4									

РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1 (Семестр 3). Биохимия человека							
Раздел 1. Общая биохимия	14	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	реферат	2	Контрольная работа
Раздел 2. Обмен углеводов.	16	10	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	реферат	2	Контрольная работа
Модуль 1. (Семестр 3). Биохимия спорта.							

Раздел 3. Энергетическое обеспечение мышечной деятельности.	16	10	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	реферат	2	Контрольная работа
Раздел 4. Биохимическое обоснование методики занятий физической культурой и спортом с лицами разного возраста и пола.	17	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	7	реферат	2	Контрольная работа
Общий объем по дисциплине, часов	63	36	-	19	-	8	-

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1 (Курс 4 Сессии 1-2). Биохимия человека							
Раздел 1. Общая биохимия	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	реферат	2	Контрольная работа
Раздел 2. Обмен углеводов.	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	реферат	2	Контрольная работа

Модуль 1. Курс 4(Сессия 1-2). Биохимия спорта.							
Раздел 3. Энергетическое обеспечение мышечной деятельности.	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	реферат	2	Контрольная работа
Раздел 4. Биохимическое обоснование методики занятий физической культурой и спортом с лицами разного возраста и пола.	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	реферат	2	Контрольная работа
Общий объем по дисциплине, часов	108	56	-	44	-	8	-

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)

МОДУЛЬ 1. «Общая биохимия»

Раздел 1. Биохимия человека

Тема 1. Химический состав организма человека. Общие закономерности и регуляция обмена веществ в организме человека. Биокатализ.

Цель: учить идентифицировать вещества, входящие в состав организма, и их функциональные группы, с помощью описания формул понимать строение макрокомпонентов организма – полипептидов, полисахаридов, липидов и нуклеотидов, научить на основе лекционного курса применять на практике принципы методов определения ферментативной активности.

Перечень изучаемых элементов содержания: Химические элементы, молекулы и ионы, входящие в состав организма человека, их содержание и функции. Уровни структурной организации химических соединений живых организмов. Понятие об обмене веществ организма с внешней средой. Обмен веществ и энергии - основа всех биологических функций. Ассимиляция и диссимиляция, анаболизм и катаболизм, их взаимосвязь. Амфиболические превращения. Понятие о функциональном и пластическом обмене, обмене с внешней средой и промежуточном обмене. Особенности протекания обменных процессов в различных состояниях организма: относительного покоя, активной деятельности, отдыха после работы. Зависимость обмена веществ от возраста, особенностей питания, других факторов. Изменение обменных процессов под влиянием факторов внешней среды как основа биохимической адаптации организма к условиям существования.

Общие принципы регуляции обмена веществ. Механизмы деятельности важнейших регуляторных систем организма: системы дифференцировки клеток, системы клеточной авторегуляции, эндокринной системы, нервной системы. Взаимосвязь обменных процессов с клеточными структурами. Гормоны, их строение и механизм действия на клетку. Гормоны гипофиза, надпочечников, щитовидной, поджелудочной и половых желез. Ферменты как биологические катализаторы, их роль в процессах обмена веществ. Белковая природа ферментов. Ферменты - протеины и ферменты - протеиды. Апофермент и кофермент. Каталитические и регуляторные центры ферментов. Специфичность действия ферментов. Свойства ферментов как биокатализаторов: термолабильность, температурный оптимум, влияние активной реакции среды на активность ферментов, активация и ингибирование ферментов. Биохимические механизмы действия ферментов. Образование ферментных комплексов. Понятие об изоферментах. Общие представления о классификации ферментов. Витамины, определение понятия. Классификация витаминов. Важнейшие представители водо- и жирорастворимых витаминов, общие представления об их химическом строении. Биохимические механизмы участия витаминов в обеспечении обменных процессов. Роль витаминов в образовании коферментов. Биологическая роль и пищевые источники водорастворимых и жирорастворимых витаминов. Понятие о гиповитаминозе, авитаминозе и гипервитаминозе.

Вопросы для самоподготовки:

1. Химические элементы, молекулы и ионы, входящие в состав организма человека, их содержание и функции.
2. Уровни структурной организации химических соединений живых организмов.
3. Понятие об обмене веществ организма с внешней средой.
4. Обмен веществ и энергии - основа всех биологических функций.
5. Ассимиляция и диссимиляция, анаболизм и катаболизм, их взаимосвязь.
6. Амфиболические превращения.
7. Понятие о функциональном и пластическом обмене, обмене с внешней средой и промежуточном обмене.
8. Особенности протекания обменных процессов в различных состояниях организма: относительного покоя, активной деятельности, отдыха после работы.
9. Зависимость обмена веществ от возраста, особенностей питания, других факторов.
10. Изменение обменных процессов под влиянием факторов внешней среды как основа биохимической адаптации организма к условиям существования.
11. Общие принципы регуляции обмена веществ.
12. Механизмы деятельности важнейших регуляторных систем организма: системы дифференцировки клеток, системы клеточной авторегуляции, эндокринной системы, нервной системы.
13. Взаимосвязь обменных процессов с клеточными структурами.
14. Гормоны, их строение и механизм действия на клетку.
15. Гормоны гипофиза, надпочечников, щитовидной, поджелудочной и половых желез.
16. Ферменты как биологические катализаторы, их роль в процессах обмена веществ.
17. Белковая природа ферментов.
18. Ферменты - протеины и ферменты - протеиды.
19. Апофермент и кофермент.
20. Каталитические и регуляторные центры ферментов.
21. Специфичность действия ферментов.
22. Свойства ферментов как биокатализаторов: термолабильность, температурный оптимум, влияние активной реакции среды на активность ферментов, активация и ингибирование ферментов.
23. Биохимические механизмы действия ферментов.
24. Образование ферментных комплексов.
25. Понятие об изоферментах.
26. Общие представления о классификации ферментов.

27. Витамины, определение понятия. Классификация витаминов.
28. Важнейшие представители водо- и жирорастворимых витаминов, общие представления об их химическом строении.
29. Биохимические механизмы участия витаминов в обеспечении обменных процессов.
30. Роль витаминов в образовании коферментов.
31. Биологическая роль и пищевые источники водорастворимых и жирорастворимых витаминов.
32. Понятие о гиповитаминозе, авитаминозе и гипервитаминозе.

Тема 2. Биоэнергетика. Обмен воды и минеральных соединений.

Цель: Научить применять принципы биохимического анализа и строить на основе лекционного курса формулы биомолекул, характеризовать их химические свойства, создавать схемы биохимических процессов.

Перечень изучаемых элементов содержания: Взаимосвязь обмена веществ и обмена энергии. Приложение законов термодинамики к обмену энергии в живых организмах. Организм как открытая система.

Источники энергии организма человека, их характеристика. Биологическое окисление основной путь освобождения энергии в живых организмах. Понятие об аэробном и анаэробном окислении. Аэробное окисление как многоступенчатый процесс. Дыхательная цепь. Общие представления о химическом составе и строении ферментов биологического окисления. Кислород как акцептор электронов и протонов. Образование воды и перекиси водорода в процессах биологического окисления.

Энергетический эффект биологического окисления: аккумуляция энергии в макроэргических связях и теплообразование. Аденозинтрифосфорная кислота (АТФ), особенности ее химического строения, биологическая роль. Общие представления о механизмах окислительного фосфорилирования. Понятие о субстратном и медиаторном фосфорилировании. Свободное окисление. Зависимость степени сопряжения окисления с фосфорилированием от функционального состояния организма. Содержание, распределение между отдельными тканями и роль воды в организме человека. Важнейшие водно-дисперсные системы организма: кровь, лимфа, протоплазма клеток, моча, слюна и др., их химический состав и биологическая роль. Потребность человека в воде и пути ее удовлетворения. Экзогенная вода. Образование эндогенной воды в реакциях обмена веществ. Депонирование воды. Особенности транспорта воды через клеточные мембраны. Выделение воды из организма. Биохимические механизмы регуляции водного баланса организма. Жажда. Осмотическая природа истинной жажды. Минеральные соединения организма человека, и содержание, распределение между отдельными тканями и роль в организме. Ионы, роль ионов в образовании клеточных структур и поддержании пространственной конфигурации молекул биополимеров. Ионная регуляция ферментативной активности. Участие ионов в образовании мембранного потенциала, регуляции осмотического давления и активной реакции жидкостных сред организма. Потребность организма человека в различных минеральных соединениях и ее изменение в зависимости от внешних условий и функционального состояния. Особенности транспорта минеральных соединений и ионов. Выделение минеральных соединений с потом и мочой. Биохимические механизмы регуляции минерального обмена.

Вопросы для самоподготовки:

1. Взаимосвязь обмена веществ и обмена энергии.
2. Приложение законов термодинамики к обмену энергии в живых организмах.
3. Организм как открытая система.
4. Источники энергии организма человека, их характеристика.
5. Биологическое окисление основной путь освобождения энергии в живых организмах.

6. Понятие об аэробном и анаэробном окислении.
7. Аэробное окисление как многоступенчатый процесс.
8. Дыхательная цепь.
9. Общие представления о химическом составе и строении ферментов биологического окисления.
10. Кислород как акцептор электронов и протонов.
11. Образование воды и перекиси водорода в процессах биологического окисления.
12. Энергетический эффект биологического окисления: аккумуляция энергии в макроэргических связях и теплообразование.
13. Аденозинтрифосфорная кислота (АТФ), особенности ее химического строения, биологическая роль.
14. Общие представления о механизмах окислительного фосфорилирования.
15. Понятие о субстратном и медиаторном фосфорилировании.
16. Свободное окисление.
17. Зависимость степени сопряжения окисления с фосфорилированием от функционального состояния организма.
18. Содержание, распределение между отдельными тканями и роль воды в организме человека.
19. Важнейшие водно-дисперсные системы организма: кровь, лимфа, протоплазма клеток, моча, слюна и др., их химический состав и биологическая роль.
20. Потребность человека в воде и пути ее удовлетворения.
21. Экзогенная вода. Образование эндогенной воды в реакциях обмена веществ.
22. Депонирование воды.
23. Особенности транспорта воды через клеточные мембраны.
24. Выделение воды из организма.
25. Биохимические механизмы регуляции водного баланса организма.
26. Жажда.
27. Осмотическая природа истинной жажды.
28. Минеральные соединения организма человека, и содержание, распределение между отдельными тканями и роль в организме.
29. Ионы, роль ионов в образовании клеточных структур и поддержании пространственной конфигурации молекул биополимеров.
30. Ионная регуляция ферментативной активности.
31. Участие ионов в образовании мембранного потенциала, регуляции осмотического давления и активной реакции жидкостных сред организма.
32. Потребность организма человека в различных минеральных соединениях и ее изменение в зависимости от внешних условий и функционального состояния.
33. Особенности транспорта минеральных соединений и ионов.
34. Выделение минеральных соединений с потом и мочой.
35. Биохимические механизмы регуляции минерального обмена.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1

Примерные темы рефератов:

1. Обмен веществ и энергии - основа всех биологических функций.
2. Ассимиляция и диссимиляция, анаболизм и катаболизм, их взаимосвязь.
3. Амфиболические превращения.
4. Понятие о функциональном и пластическом обмене, обмене с внешней средой и промежуточном обмене.
5. Особенности протекания обменных процессов в различных состояниях организма: относительного покоя, активной деятельности, отдыха после работы.
6. Зависимость обмена веществ от возраста, особенностей питания, других факторов.

7. Изменение обменных процессов под влиянием факторов внешней среды как основа биохимической адаптации организма к условиям существования.
8. Общие принципы регуляции обмена веществ.
9. Механизмы деятельности важнейших регуляторных систем организма: системы дифференцировки клеток, системы клеточной авторегуляции, эндокринной системы, нервной системы.
10. Взаимосвязь обменных процессов с клеточными структурами.
11. Гормоны, их строение и механизм действия на клетку.
12. Гормоны гипофиза, надпочечников, щитовидной, поджелудочной и половых желез.
13. Ферменты как биологические катализаторы, их роль в процессах обмена веществ.
14. Белковая природа ферментов.
15. Ферменты - протеины и ферменты - протеиды.
16. Апофермент и кофермент.
17. Каталитические и регуляторные центры ферментов.
18. Специфичность действия ферментов.
19. Свойства ферментов как биокатализаторов: термолабильность, температурный оптимум, влияние активной реакции среды на активность ферментов, активация и ингибирование ферментов.
20. Биохимические механизмы действия ферментов.
21. Образование ферментных комплексов.
22. Понятие об изоферментах.
23. Общие представления о классификации ферментов.
24. Витамины, определение понятия. Классификация витаминов.
25. Важнейшие представители водо- и жирорастворимых витаминов, общие представления об их химическом строении.
26. Биохимические механизмы действия ферментов.
27. Образование ферментных комплексов.
28. Понятие об изоферментах.
29. Общие представления о классификации ферментов.
30. Витамины, определение понятия. Классификация витаминов.
31. Важнейшие представители водо- и жирорастворимых витаминов, общие представления об их химическом строении.
32. Биохимические механизмы участия витаминов в обеспечении обменных процессов.
33. Роль витаминов в образовании коферментов.
34. Биологическая роль и пищевые источники водорастворимых и жирорастворимых витаминов.
35. Понятие о гиповитаминозе, авитаминозе и гипервитаминозе.
36. Взаимосвязь обмена веществ и обмена энергии.
37. Приложение законов термодинамики к обмену энергии в живых организмах.
38. Организм как открытая система.
39. Источники энергии организма человека, их характеристика.
40. Биологическое окисление основной путь освобождения энергии в живых организмах.
41. Понятие об аэробном и анаэробном окислении.
42. Аэробное окисление как многоступенчатый процесс.
43. Дыхательная цепь.
44. Общие представления о химическом составе и строении ферментов биологического окисления.
45. Кислород как акцептор электронов и протонов.
46. Образование воды и перекиси водорода в процессах биологического окисления.
47. Энергетический эффект биологического окисления: аккумуляция энергии в макроэргических связях и теплообразование.
48. Аденозинтрифосфорная кислота (АТФ), особенности ее химического строения, биологическая роль.
49. Общие представления о механизмах окислительного фосфорилирования.

50. Понятие о субстратном и медиатором фосфорилировании.
51. Свободное окисление.
52. Зависимость степени сопряжения окисления с фосфорилированием от функционального состояния организма.
53. Содержание, распределение между отдельными тканями и роль воды в организме человека.
54. Важнейшие водно-дисперсные системы организма: кровь, лимфа, протоплазма клеток, моча, слюна и др., их химический состав и биологическая роль.
55. Потребность человека в воде и пути ее удовлетворения.
56. Экзогенная вода. Образование эндогенной воды в реакциях обмена веществ.
57. Депонирование воды.
58. Особенности транспорта воды через клеточные мембраны.
59. Выделение воды из организма.
60. Биохимические механизмы регуляции водного баланса организма.
61. Жажда.
62. Осмотическая природа истинной жажды.
63. Минеральные соединения организма человека, и содержание, распределение между отдельными тканями и роль в организме.
64. Ионы, роль ионов в образовании клеточных структур и поддержании пространственной конфигурации молекул биополимеров.
65. Ионная регуляция ферментативной активности.
66. Участие ионов в образовании мембранного потенциала, регуляции осмотического давления и активной реакции жидкостных сред организма.
67. Потребность организма человека в различных минеральных соединениях и ее изменение в зависимости от внешних условий и функционального состояния.
68. Особенности транспорта минеральных соединений и ионов.
69. Выделение минеральных соединений с потом и мочой.
70. Биохимические механизмы регуляции минерального обмена.

Рубежный контроль раздела 1.:

форма рубежного контроля – контрольная работа

Раздел 2. Тема 1. Обмен углеводов. Обмен липидов.

Цель: Научить применять принципы биохимического анализа и строить на основе лекционного курса формулы биомолекул, характеризовать их химические свойства, создавать схемы биохимических процессов, применять принципы биохимического анализа и строить на основе лекционного курса формулы биомолекул, характеризовать их химические свойства, создавать схемы биохимических процессов.

Перечень изучаемых элементов содержания: Химические превращения углеводов в процессе пищеварения. Гидролиз ди- и полисахаридов. Ферменты, ускоряющие пищеварение углеводов, условия их действия. Механизмы транспорта продуктов пищеварения углеводов через клеточные мембраны, пути их использования в организме. Биосинтез и мобилизация гликогена в печени и других тканях, регуляция этих процессов. Использование углеводов в качестве источника энергии. Анаэробный распад гликогена и глюкозы (гликолиз). Начальная активация углеводов в ходе гликолиза, окисление промежуточных продуктов гликолиза и аккумулялирование энергии в макроэргических связях, образование и устранение молочной кислоты. Энергетический эффект гликолиза. Аэробная стадия превращений углеводов. Окислительное декарбоксилирование пировиноградной кислоты и образование ацетилкофермента А. Превращения ацетилкофермента А в цикле трикарбоновых кислот. Связь цикла трикарбоновых кислот с системой переноса водорода на кислород и ресинтеза АТФ. Энергетическая эффективность аэробного распада углеводов. Общие представления о пентозном цикле превращений углеводов и анаэробном образовании янтарной кислоты. Использование углеводов в пластических целях. Образование и

роль в организме гетерополисахаридов. Общие представления о глюконеогенезе. Превращения липидов в процессе пищеварения. Ступенчатый гидролиз липидов, ферменты, участвующие в этом процессе, условия их действия, конечные продукты пищеварения липидов. Роль желчных кислот в процессах пищеварения липидов и всасывания продуктов пищеварения. Синтез специфических липидов из продуктов пищеварения в клетках кишечной стенки. Транспорт липидов по организму, депонирование липидов. Образование липопротеидов и их роль в организме. Роль печени в обмене липидов. Использование жиров в качестве источника энергии. Мобилизация резервного жира. Липолиз и его регуляция. Транспорт глицерина и жирных кислот. Бета-окисление жирных кислот, образование ацетилкофермента А. Дальнейшие превращения ацетилкофермента А: превращения в цикле трикарбоновых кислот, участие в синтезе кетоновых тел и образовании холестерина. Использование кетоновых тел в качестве источника энергии. Энергетический эффект окисления жиров. Общие представления о синтезе жирных кислот из продуктов углеводного и белкового обмена, внутриклеточных превращениях фосфолипидов, гликолипидов, стероидов.

Вопросы для самоподготовки:

1. Химические превращения углеводов в процессе пищеварения.
2. Гидролиз ди- и полисахаридов.
3. Ферменты, ускоряющие пищеварение углеводов, условия их действия.
4. Механизмы транспорта продуктов пищеварения углеводов через клеточные мембраны, пути их использования в организме.
5. Биосинтез и мобилизация гликогена в печени и других тканях, регуляция этих процессов.
6. Использование углеводов в качестве источника энергии.
7. Анаэробный распад гликогена и глюкозы (гликолиз).
8. Начальная активация углеводов в ходе гликолиза, окисление промежуточных продуктов гликолиза и аккумулялирование энергии в макроэргических связях, образование и устранение молочной кислоты.
9. Энергетический эффект гликолиза.
10. Аэробная стадия превращений углеводов.
11. Окислительное декарбоксилирование пировиноградной кислоты и образование ацетилкофермента А.
12. Превращения ацетилкофермента А в цикле трикарбоновых кислот.
13. Связь цикла трикарбоновых кислот с системой переноса водорода на кислород и ресинтеза АТФ.
14. Энергетическая эффективность аэробного распада углеводов.
15. Общие представления о пентозном цикле превращений углеводов и анаэробном образовании янтарной кислоты.
16. Использование углеводов в пластических целях.
17. Образование и роль в организме гетерополисахаридов.

18. Общие представления о глюконеогенезе.
19. Превращения липидов в процессе пищеварения.
20. Ступенчатый гидролиз липидов, ферменты, участвующие в этом процессе, условия их действия, конечные продукты пищеварения липидов.
21. Роль желчных кислот в процессах пищеварения липидов и всасывания продуктов пищеварения.
22. Синтез специфических липидов из продуктов пищеварения в клетках кишечной стенки.
23. Транспорт липидов по организму, депонирование липидов.
24. Образование липопротеидов и их роль в организме.
25. Роль печени в обмене липидов.
26. Использование жиров в качестве источника энергии.
27. Мобилизация резервного жира.
28. Липолиз и его регуляция.
29. Транспорт глицерина и жирных кислот.
30. Бета-окисление жирных кислот, образование ацетилкофермента А.
31. Дальнейшие превращения ацетилкофермента А: превращения в цикле трикарбоновых кислот, участие в синтезе кетоновых тел и образовании холестерина.
32. Использование кетоновых тел в качестве источника энергии.
33. Энергетический эффект окисления жиров.
34. Общие представления о синтезе жирных кислот из продуктов углеводного и белкового обмена, внутриклеточных превращениях фосфолипидов, гликолипидов, стероидов.

Тема 2. Обмен белков и нуклеиновых кислот. Биохимия мышц и мышечного сокращения.

Цель: Научить применять принципы биохимического анализа и строить на основе лекционного курса формулы биомолекул, характеризовать их химические свойства, создавать схемы биохимических процессов.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Химические превращения белков в процессе пищеварения. Ферменты, участвующие в этом процессе, условия их действия. Конечные продукты пищеварения белков. Превращения непереваренных белков. Понятие о метаболическом фонде аминокислот. Пути использования аминокислот в организме.

Внутриклеточный синтез белка. Роль нуклеиновых кислот в синтезе белка. ДНК как хранитель специфической информации о структуре белков. Биохимические основы генетического кода. Роль РНК в процессах считывания и реализации наследственной информации. Активация аминокислот при синтезе белка. Сборка белковых молекул в рибосомах. Возникновение пространственной структуры белковых молекул. Регуляция синтеза белка.

Катаболические превращения аминокислот. Реакции переаминирования, дезаминирования, декарбоксилирования. Образование заменимых аминокислот и биологически активных производных аминокислот. Связь превращений аминокислот с циклом трикарбоновых кислот.

Образование аммиака при дезаминировании аминокислот и азотистых оснований. Транспорт аммиака. Орнитинный цикл синтеза мочевины как главный путь устранения аммиака. Общие представления об обмене нуклеопротеидов и хромопротеидов. Образование мочевой кислоты. Химический состав мышечной ткани. Содержание воды, белков, липидов, углеводов и минеральных соединений в мышечной ткани. Макроэргические соединения мышц, их концентрация и распределение в мышечном волокне. Важнейшие белки мышц: миозин, актин, тропонин, тропомиозин, миоглобин, белки стромы, ядер, их важнейшие свойства, структурная

организация и роль в мышечном волокне. Молекулярное строение миофибрилл.

Последовательность химических реакций мышечного сокращения. Роль ацетилхолина, ионов кальция и модуляторных белков в процессе мышечного сокращения. АТФ-азная активность миозина и ее роль в сократительной деятельности мышц. Взаимодействие актина и миозина в процессе сокращения. Химические реакции при расслаблении мышц. Роль АТФ в двухфазной мышечной деятельности.

Связь показателей механической производительности мышц с особенностями их химического состава и строения, особенностями молекулярного строения миофибрилл.

Вопросы для самоподготовки:

1. Химические превращения белков в процессе пищеварения.
2. Ферменты, участвующие в этом процессе, условия их действия.
3. Конечные продукты пищеварения белков. Превращения непереваренных белков.
4. Понятие о метаболическом фонде аминокислот.
5. Пути использования аминокислот в организме.
6. Внутриклеточный синтез белка.
7. Роль нуклеиновых кислот в синтезе белка.
8. ДНК как хранитель специфической информации о структуре белков.
9. Биохимические основы генетического кода.
10. Роль РНК в процессах считывания и реализации наследственной информации.
11. Активация аминокислот при синтезе белка.
12. Сборка белковых молекул в рибосомах.
13. Возникновение пространственной структуры белковых молекул.
14. Регуляция синтеза белка.
15. Катаболические превращения аминокислот.
16. Реакции переаминирования, дезаминирования, декарбоксилирования.
17. Образование заменимых аминокислот и биологически активных производных аминокислот.
18. Связь превращений аминокислот с циклом трикарбоновых кислот.
19. Образование аммиака при дезаминировании аминокислот и азотистых оснований.
20. Транспорт аммиака.
21. Орнитинный цикл синтеза мочевины как главный путь устранения аммиака.
22. Общие представления об обмене нуклеопротеидов и хромопротеидов.
23. Образование мочевой кислоты.
24. Химический состав мышечной ткани.
25. Содержание воды, белков, липидов, углеводов и минеральных соединений в мышечной ткани.
26. Макроэргические соединения мышц, их концентрация и распределение в мышечном волокне.
27. Важнейшие белки мышц: миозин, актин, тропонин, тропомиозин, миоглобин, белки стромы, ядер, их важнейшие свойства, структурная организация и роль в мышечном волокне.
28. Молекулярное строение миофибрилл.
29. Последовательность химических реакций мышечного сокращения.
30. Роль ацетилхолина, ионов кальция и модуляторных белков в процессе мышечного сокращения.
31. АТФ-азная активность миозина и ее роль в сократительной деятельности мышц.
32. Взаимодействие актина и миозина в процессе сокращения.
33. Химические реакции при расслаблении мышц.
34. Роль АТФ в двухфазной мышечной деятельности.
35. Связь показателей механической производительности мышц с особенностями их химического состава и строения, особенностями молекулярного строения миофибрилл.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2

Примерные темы рефератов:

1. Биохимические механизмы действия ферментов.
2. Образование ферментных комплексов.
3. Понятие об изоферментах.
4. Общие представления о классификации ферментов.
5. Витамины, определение понятия. Классификация витаминов.
6. Важнейшие представители водо- и жирорастворимых витаминов, общие представления об их химическом строении.
7. Биохимические механизмы участия витаминов в обеспечении обменных процессов.
8. Роль витаминов в образовании коферментов.
9. Биологическая роль и пищевые источники водорастворимых и жирорастворимых витаминов.
10. Понятие о гиповитаминозе, авитаминозе и гипервитаминозе.
11. Взаимосвязь обмена веществ и обмена энергии.
12. Приложение законов термодинамики к обмену энергии в живых организмах.
13. Организм как открытая система.
14. Источники энергии организма человека, их характеристика.
15. Биологическое окисление основной путь освобождения энергии в живых организмах.
16. Понятие об аэробном и анаэробном окислении.
17. Аэробное окисление как многоступенчатый процесс.
18. Дыхательная цепь.
19. Общие представления о химическом составе и строении ферментов биологического окисления.
20. Кислород как акцептор электронов и протонов.
21. Образование воды и перекиси водорода в процессах биологического окисления.
22. Энергетический эффект биологического окисления: аккумуляция энергии в макроэргических связях и теплообразование.
23. Аденозинтрифосфорная кислота (АТФ), особенности ее химического строения, биологическая роль.
24. Общие представления о механизмах окислительного фосфорилирования.
25. Понятие о субстратном и медиатором фосфорилировании.
26. Свободное окисление.
27. Зависимость степени сопряжения окисления с фосфорилированием от функционального состояния организма.
28. Содержание, распределение между отдельными тканями и роль воды в организме человека.
29. Важнейшие водно-дисперсные системы организма: кровь, лимфа, протоплазма клеток, моча, слюна и др., их химический состав и биологическая роль.
30. Потребность человека в воде и пути ее удовлетворения.
31. Экзогенная вода. Образование эндогенной воды в реакциях обмена веществ.
32. Депонирование воды.
33. Особенности транспорта воды через клеточные мембраны.
34. Выделение воды из организма.
35. Биохимические механизмы регуляции водного баланса организма.
36. Жажда.
37. Осмотическая природа истинной жажды.
38. Минеральные соединения организма человека, и содержание, распределение между отдельными тканями и роль в организме.
39. Ионы, роль ионов в образовании клеточных структур и поддержании пространственной конфигурации молекул биополимеров.
40. Ионная регуляция ферментативной активности.

41. Участие ионов в образовании мембранного потенциала, регуляции осмотического давления и активной реакции жидкостных сред организма.
42. Потребность организма человека в различных минеральных соединениях и ее изменение в зависимости от внешних условий и функционального состояния.
43. Особенности транспорта минеральных соединений и ионов.
44. Выделение минеральных соединений с потом и мочой.
45. Биохимические механизмы регуляции минерального обмена.
46. Энергетический эффект гликолиза.
47. Аэробная стадия превращений углеводов.
48. Окислительное декарбоксилирование пировиноградной кислоты и образование ацетилкофермента А.
49. Превращения ацетилкофермента А в цикле трикарбоновых кислот.
50. Связь цикла трикарбоновых кислот с системой переноса водорода на кислород и ресинтеза АТФ.
51. Энергетическая эффективность аэробного распада углеводов.
52. Общие представления о пентозном цикле превращений углеводов и анаэробном образовании янтарной кислоты.
53. Использование углеводов в пластических целях.
54. Образование и роль в организме гетерополисахаридов.
55. Общие представления о глюконеогенезе.
56. Превращения липидов в процессе пищеварения.
57. Ступенчатый гидролиз липидов, ферменты, участвующие в этом процессе, условия их действия, конечные продукты пищеварения липидов.
58. Роль желчных кислот в процессах пищеварения липидов и всасывания продуктов пищеварения.
59. Синтез специфических липидов из продуктов пищеварения в клетках кишечной стенки.
60. Транспорт липидов по организму, депонирование липидов.
61. Образование липопротеидов и их роль в организме.
62. Роль печени в обмене липидов.
63. Использование жиров в качестве источника энергии.
64. Мобилизация резервного жира.
65. Липолиз и его регуляция.
66. Транспорт глицерина и жирных кислот.
67. Бета-окисление жирных кислот, образование ацетилкофермента А.
68. Дальнейшие превращения ацетилкофермента А: превращения в цикле трикарбоновых кислот, участие в синтезе кетонных тел и образовании холестерина.
69. Использование кетонных тел в качестве источника энергии.
70. Энергетический эффект окисления жиров.
71. Общие представления о синтезе жирных кислот из продуктов углеводного и белкового обмена, внутриклеточных превращениях фосфолипидов, гликолипидов, стероидов.
72. Ассимиляция и диссимиляция, анаболизм и катаболизм, их взаимосвязь.
73. Обмен веществ и энергии - основа всех биологических функций.
74. Особенности протекания обменных процессов в различных состояниях организма: относительного покоя, активной деятельности, отдыха после работы.
75. Зависимость обмена веществ от возраста, особенностей питания, других факторов.
76. Ферменты как биологические катализаторы, их роль в процессах обмена веществ.
77. Свойства ферментов как биокатализаторов: термолабильность, температурный оптимум, влияние активной реакции среды на активность ферментов, активация и ингибирование ферментов.
78. Биологическая роль и пищевые источники водорастворимых и жирорастворимых витаминов.
79. Биологическое окисление основной путь освобождения энергии в живых организмах.
80. Энергетический эффект биологического окисления: аккумуляция энергии в макроэргических связях и теплообразование.

81. Аденозинтрифосфорная кислота (АТФ), особенности ее химического строения, биологическая роль.
82. Важнейшие водно-дисперсные системы организма: кровь, лимфа, протоплазма клеток, моча, слюна и др., их химический состав и биологическая роль.
83. Особенности транспорта воды через клеточные мембраны.
84. Биохимические механизмы регуляции водного баланса организма.
85. Понятие об аэробных и анаэробных путях ресинтеза АТФ при мышечной работе.

Рубежный контроль раздела 2.:

форма рубежного контроля – контрольная работа

Биохимия спорта.

Раздел 3.

Тема 1. Энергетическое обеспечение мышечной деятельности. Биохимические изменения в организме при мышечной деятельности различного характера. Биохимические основы утомления.

Цель: Научить применять принципы биохимического анализа и строить на основе лекционного курса формулы биомолекул, характеризовать их химические свойства, создавать схемы биохимических процессов.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Относительное постоянство концентрации АТФ - необходимое условие сократительной деятельности мышц. Понятие об аэробных и анаэробных путях ресинтеза АТФ при мышечной работе. Количественные характеристики биоэнергетических процессов: мощность, емкость, скорость развертывания, эффективность. Ресинтез АТФ в креатинфосфокиназной реакции, кинетические характеристики и механизмы регуляции скорости этой реакции в процессе мышечной работы. Роль креатинфосфокиназной реакции в энергетическом обеспечении мышечной работы. Ресинтез креатинфосфата. Участие креатинфосфата в обеспечении внутриклеточного транспорта энергии. Влияние специализированной тренировки на биохимические факторы, определяющие кинетические характеристики креатинфосфокиназной реакции. Ресинтез АТФ в процессе гликолиза. Кинетические характеристики и особенности регуляции гликолиза при работе. Роль гликолиза в энергетическом обеспечении мышечной работы. Молочная кислота, особенности ее влияния на обменные процессы при работе. Пути устранения молочной кислоты при работе и в период восстановления. Биохимические факторы, определяющие кинетические характеристики гликолиза и их изменение под влиянием специализированной тренировки. Роль в ресинтезе АТФ процессов анаэробного образования янтарной кислоты и альтернативных путей распада углеводов: глицерофосфатного шунта и образования аланина. Миокиназная реакция, ее роль в поддержании постоянства концентрации АТФ и регуляции активности ферментов энергетического обмена. Ресинтез АТФ в процессе окислительного фосфорилирования. Кинетические характеристики и механизмы регуляции скорости этой реакции при работе. Факторы, влияющие на степень сопряжения окисления с фосфорилированием при работе. Влияние специализированной тренировки на биохимические факторы, определяющие кинетические характеристики аэробного пути ресинтеза АТФ.

Понятие о срочных, отставленных и кумулятивных биохимических изменениях, их взаимосвязь. Характер энергетического обеспечения работы как главный фактор, определяющий направленность срочных биохимических изменений. Зависимость характера и глубины срочных биохимических изменений от особенностей мышечной работы: мощности и продолжительности упражнений, продолжительности интервалов отдыха, режима деятельности мышц, количества

участвующих в работе мышц. Биохимические изменения в работающих мышцах, крови, других органах и тканях. Биохимические особенности мобилизации энергетических субстратов и транспорта кислорода к работающим тканям. Особенности регуляции обмена веществ при работе в различных условиях.

Классификация мышечных упражнений по биохимическим критериям. Особенности биохимических изменений в критических условиях мышечной деятельности: на уровне «порога анаэробного обмена», на «критической» мощности, на «мощности истощения», на уровне максимальной анаэробной мощности, при выполнении упражнений разных зон относительной мощности. Утомление и выносливость. Биохимические изменения, приводящие к развитию утомления: истощение энергетических субстратов, нарушение гомеостаза внутренних сред организма, угнетение ферментативной активности продуктами «рабочего» обмена, нарушение пластического обеспечения функций, изменения нервной и гормональной регуляции. Роль «центральных» и «периферических» биохимических изменений в развитии утомления. Специфичность биохимических изменений, вызывающих утомление при различной мышечной работе. Биохимические факторы, определяющие проявление выносливости.

Вопросы для самоподготовки:

1. Относительное постоянство концентрации АТФ - необходимое условие сократительной деятельности мышц.
2. Понятие об аэробных и анаэробных путях ресинтеза АТФ при мышечной работе.
3. Количественные характеристики биоэнергетических процессов: мощность, емкость, скорость развертывания, эффективность.
4. Ресинтез АТФ в креатинфосфокиназной реакции, кинетические характеристики и механизмы регуляции скорости этой реакции в процессе мышечной работы.
5. Роль креатинфосфокиназной реакции в энергетическом обеспечении мышечной работы.
6. Ресинтез креатинфосфата.
7. Участие креатинфосфата в обеспечении внутриклеточного транспорта энергии.
8. Влияние специализированной тренировки на биохимические факторы, определяющие кинетические характеристики креатинфосфокиназной реакции.
9. Ресинтез АТФ в процессе гликолиза.
10. Кинетические характеристики и особенности регуляции гликолиза при работе.
11. Роль гликолиза в энергетическом обеспечении мышечной работы.
12. Молочная кислота, особенности ее влияния на обменные процессы при работе.
13. Пути устранения молочной кислоты при работе и в период восстановления.
14. Биохимические факторы, определяющие кинетические характеристики гликолиза и их изменение под влиянием специализированной тренировки.
15. Роль в ресинтезе АТФ процессов анаэробного образования янтарной кислоты и альтернативных путей распада углеводов: глицерофосфатного шунта и образования аланина.
16. Миокиназная реакция, ее роль в поддержании постоянства концентрации АТФ и регуляции активности ферментов энергетического обмена.
17. Ресинтез АТФ в процессе окислительного фосфорилирования.
18. Кинетические характеристики и механизмы регуляции скорости этой реакции при работе.
19. Факторы, влияющие на степень сопряжения окисления с фосфорилированием при работе.
20. Влияние специализированной тренировки на биохимические факторы, определяющие кинетические характеристики аэробного пути ресинтеза АТФ.
21. Понятие о срочных, отставленных и кумулятивных биохимических изменениях, их взаимосвязь.
22. Характер энергетического обеспечения работы как главный фактор, определяющий направленность срочных биохимических изменений.

23. Зависимость характера и глубины срочных биохимических изменений от особенностей мышечной работы: мощности и продолжительности упражнений, продолжительности интервалов отдыха, режима деятельности мышц, количества участвующих в работе мышц.
24. Биохимические изменения в работающих мышцах, крови, других органах и тканях.
25. Биохимические особенности мобилизации энергетических субстратов и транспорта кислорода к работающим тканям.
26. Особенности регуляции обмена веществ при работе в различных условиях.
27. Классификация мышечных упражнений по биохимическим критериям.
28. Особенности биохимических изменений в критических условиях мышечной деятельности: на уровне «порога анаэробного обмена», на «критической» мощности, на «мощности истощения», на уровне максимальной анаэробной мощности, при выполнении упражнений разных зон относительной мощности.
29. Утомление и выносливость. Биохимические изменения, приводящие к развитию утомления: истощение энергетических субстратов, нарушение гомеостаза внутренних сред организма, угнетение ферментативной активности продуктами «рабочего» обмена, нарушение пластического обеспечения функций, изменения нервной и гормональной регуляции.
30. Роль «центральных» и «периферических» биохимических изменений в развитии утомления.
31. Специфичность биохимических изменений, вызывающих утомление при различной мышечной работе.
32. Биохимические факторы, определяющие проявление выносливости.

Тема 2. Биохимические превращения в период восстановления после мышечной работы

Цель: Научить применять принципы биохимического анализа и строить на основе лекционного курса формулы биомолекул, характеризовать их химические свойства, создавать схемы биохимических процессов.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Направленность биохимических превращений в период восстановления на восполнение затраченных за работу веществ и устранение накопленных промежуточных и конечных продуктов метаболизма. Гетерохронность восстановления. Использование жиров в качестве основного источника энергии в период восстановления. Кислородный долг. Биохимические механизмы его образования и оплаты. Анаболическая фаза обмена веществ. Явление суперкомпенсации.

Особенности регуляции обменных процессов в период восстановления. Биохимическое обоснование средств и методов ускорения восстановительных процессов.

Вопросы для самоподготовки:

1. Направленность биохимических превращений в период восстановления на восполнение затраченных за работу веществ и устранение накопленных промежуточных и конечных продуктов метаболизма.
2. Гетерохронность восстановления.
3. Анаболическая фаза обмена веществ.
4. Подготовить презентацию по теме.
5. Использование жиров в качестве основного источника энергии в период восстановления.
6. Кислородный долг.
7. Биохимические механизмы его образования и оплаты.
8. Подготовить презентацию по теме.
9. Явление суперкомпенсации.

10. Особенности регуляции обменных процессов в период восстановления. Биохимическое обоснование средств и методов ускорения восстановительных процессов.
11. Подготовить презентацию по теме.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 3

Примерные темы рефератов:

1. Ресинтез АТФ в креатинфосфокиназной реакции, кинетические характеристики и механизмы регуляции скорости этой реакции в процессе мышечной работы.
2. Роль креатинфосфокиназной реакции в энергетическом обеспечении мышечной работы.
3. Ресинтез креатинфосфата.
4. Участие креатинфосфата в обеспечении внутриклеточного транспорта энергии.
5. Влияние специализированной тренировки на биохимические факторы, определяющие кинетические характеристики креатинфосфокиназной реакции.
6. Ресинтез АТФ в процессе гликолиза.
7. Кинетические характеристики и особенности регуляции гликолиза при работе.
8. Роль гликолиза в энергетическом обеспечении мышечной работы.
9. Молочная кислота, особенности ее влияния на обменные процессы при работе.
10. Пути устранения молочной кислоты при работе и в период восстановления.
11. Биохимические факторы, определяющие кинетические характеристики гликолиза и их изменение под влиянием специализированной тренировки.
12. Роль в ресинтезе АТФ процессов анаэробного образования янтарной кислоты и альтернативных путей распада углеводов: глицерофосфатного шунта и образования аланина.
13. Миокиназная реакция, ее роль в поддержании постоянства концентрации АТФ и регуляции активности ферментов энергетического обмена.
14. Ресинтез АТФ в процессе окислительного фосфорилирования.
15. Кинетические характеристики и механизмы регуляции скорости этой реакции при работе.
16. Факторы, влияющие на степень сопряжения окисления с фосфорилированием при работе.
17. Влияние специализированной тренировки на биохимические факторы, определяющие кинетические характеристики аэробного пути ресинтеза АТФ.
18. Понятие о срочных, отставленных и кумулятивных биохимических изменениях, их взаимосвязь.
19. Характер энергетического обеспечения работы как главный фактор, определяющий направленность срочных биохимических изменений.
20. Зависимость характера и глубины срочных биохимических изменений от особенностей мышечной работы.
21. Биохимические изменения в работающих мышцах, крови, других органах и тканях.
22. Биохимические особенности мобилизации энергетических субстратов и транспорта кислорода к работающим тканям.
23. Особенности регуляции обмена веществ при работе в различных условиях.
24. Классификация мышечных упражнений по биохимическим критериям.
25. Особенности биохимических изменений в критических условиях мышечной деятельности.
26. Утомление и выносливость. Биохимические изменения, приводящие к развитию утомления.
27. Направленность биохимических превращений в период восстановления на восполнение затраченных за работу веществ и устранение накопленных промежуточных и конечных продуктов метаболизма.
28. Гетерохронность восстановления организма после физической нагрузки.
29. Использование жиров, как основного источника энергии в период восстановления.
30. Кислородный долг возникающий при физической нагрузке.
31. Биохимические механизмы образования кислородного долга.

32. Анаболическая фаза обмена веществ в процессе восстановления после физической нагрузки.
33. Явление суперкомпенсации, фактор адаптации организма.
34. Современные взгляды на регуляцию обменных процессов в период восстановления.
35. Биохимическое обоснование средств и методов ускорения восстановительных процессов.
36. Количественные характеристики биоэнергетических процессов: мощность, емкость, скорость развертывания, эффективность.
37. Участие креатинфосфата в обеспечении внутриклеточного транспорта энергии.
38. Влияние специализированной тренировки на биохимические факторы, определяющие кинетические характеристики креатинфосфокиназной реакции.
39. Молочная кислота, особенности ее влияния на обменные процессы при работе.
40. Биохимические факторы, определяющие кинетические характеристики гликолиза и их изменение под влиянием специализированной тренировки.
41. Миокиназная реакция, ее роль в поддержании постоянства концентрации АТФ и регуляции активности ферментов энергетического обмена.
42. Влияние специализированной тренировки на биохимические факторы, определяющие кинетические характеристики аэробного пути ресинтеза АТФ.
43. Характер энергетического обеспечения работы как главный фактор, определяющий направленность срочных биохимических изменений.

Рубежный контроль к разделу 3.

Форма рубежного контроля – контрольная работа.

РАЗДЕЛ 4.

Тема 1. Биохимическое обоснование методики занятий физической культурой и спортом с лицами разного возраста и пола

Цель: Научить применять принципы биохимического анализа и строить на основе лекционного курса формулы биомолекул, характеризовать их химические свойства, создавать схемы биохимических процессов.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Биохимические особенности растущего организма. Различия в возрастной динамике развития отдельных органов, тканей и функциональных систем в растущем организме. Высокая интенсивность обменных процессов, преобладание процессов синтеза над распадом как причина относительно пониженных функциональных возможностей растущего организма. Особенности влияния занятий физическими упражнениями и спортом на обменные процессы в организме детей и подростков. Особенности гормональной регуляции обменных процессов при выполнении мышечной работы детьми и подростками. Биохимическое обоснование особенностей методики занятий физической культурой и спортом с детьми и подростками. Особенности развития силы, быстроты и выносливости в процессе тренировки детей и подростков. Биохимические особенности зрелого и стареющего организма. Возрастные изменения протекания обменных процессов, его регуляции, биохимического статуса организма в различные периоды после завершения роста. Нормализующее влияние систематических занятий физическими упражнениями и спортом на биохимические параметры зрелого и стареющего организма. Биохимическое обоснование особенностей методики занятий физическими упражнениями и спортом с лицами зрелого и пожилого возраста.

Вопросы для самоподготовки:

1. Биохимические особенности растущего организма.

2. Различия в возрастной динамике развития отдельных органов, тканей и функциональных систем в растущем организме.
3. Высокая интенсивность обменных процессов, преобладание процессов синтеза над распадом как причина относительно пониженных функциональных возможностей растущего организма.
4. Особенности влияния занятий физическими упражнениями и спортом на обменные процессы в организме детей и подростков.
5. Особенности гормональной регуляции обменных процессов при выполнении мышечной работы детьми и подростками.
6. Подготовить презентацию по теме.
7. Биохимическое обоснование особенностей методики занятий физической культурой и спортом с детьми и подростками.
8. Особенности развития силы, быстроты и выносливости в процессе тренировки детей и подростков.
9. Биохимические особенности зрелого и стареющего организма.
10. Возрастные изменения протекания обменных процессов, его регуляции, биохимического статуса организма в различные периоды после завершения роста.
11. Нормализующее влияние систематических занятий физическими упражнениями и спортом на биохимические параметры зрелого и стареющего организма.
12. Биохимическое обоснование особенностей методики занятий физическими упражнениями и спортом с лицами зрелого и пожилого возраста.
13. Подготовить презентацию по теме.

Тема 2. Биохимические основы рационального питания при занятиях физической культурой и спортом

Цель: научить применять принципы биохимического анализа и строить на основе лекционного курса формулы биомолекул, характеризовать их химические свойства, создавать схемы биохимических процессов.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Питание как основной путь восполнения энергетических затрат организма, обеспечения его пластическими веществами и веществами-регуляторами. Зависимость потребности в основных компонентах пищи (белках, липидах, углеводах, минеральных соединениях, витаминах) от возраста, пола, особенностей выполняемой тренировочной нагрузки. Понятие о сбалансированном питании. Биохимическое обоснование требований к составу белкового, липидного и углеводного компонентов питания. Использование низкомолекулярных соединений и биологически активных пищевых добавок для повышения работоспособности, ускорения восстановительных процессов и биохимической адаптации к физическим нагрузкам.

Биохимические основы эргогенической диететики. Биохимическое обоснование «углеводной ориентации» питания спортсменов. Биохимическое обоснование особенностей питания спортсменов в дни тренировок и соревнований, особенностей питания «на дистанции», при сгонке веса, при тренировках и соревнованиях в условиях среднегорья.

Химический состав и технология применения наиболее распространенных пищевых добавок, предназначенных для решения различных практических задач.

Вопросы для самоподготовки:

1. Питание как основной путь восполнения энергетических затрат организма, обеспечения его пластическими веществами и веществами-регуляторами.
2. Зависимость потребности в основных компонентах пищи (белках, липидах, углеводах, минеральных соединениях, витаминах) от возраста, пола, особенностей выполняемой

- тренировочной нагрузки.
3. Понятие о сбалансированном питании.
 4. Биохимическое обоснование требований к составу белкового, липидного и углеводного компонентов питания.
 5. Использование низкомолекулярных соединений и биологически активных пищевых добавок для повышения работоспособности, ускорения восстановительных процессов и биохимической адаптации к физическим нагрузкам.
 6. Биохимические основы эргогенической диететики.
 7. Биохимическое обоснование «углеводной ориентации» питания спортсменов.
 8. Биохимическое обоснование особенностей питания спортсменов в дни тренировок и соревнований, особенностей питания «на дистанции», при сгонке веса, при тренировках и соревнованиях в условиях среднегорья.
 9. Химический состав и технология применения наиболее распространенных пищевых добавок, предназначенных для решения различных практических задач.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 4

Примерные темы рефератов:

1. Химический состав и технология применения наиболее распространенных пищевых добавок, предназначенных для решения различных практических задач.
2. Возрастные изменения протекания обменных процессов, его регуляции, биохимического статуса организма в различные периоды после завершения роста.
3. Нормализующее влияние систематических занятий физическими упражнениями и спортом на биохимические параметры зрелого и стареющего организма.
4. Биохимическое обоснование особенностей методики занятий физическими упражнениями и спортом с лицами зрелого и пожилого возраста.
5. Питание как основной путь восполнения энергетических затрат организма, обеспечения его пластическими веществами и веществами-регуляторами.
6. Зависимость потребности в основных компонентах пищи (белках, липидах, углеводах, минеральных соединениях, витаминах) от возраста, пола, особенностей выполняемой тренировочной нагрузки.
7. Понятие о сбалансированном питании.
8. Биохимическое обоснование требований к составу белкового, липидного и углеводного компонентов питания.
9. Использование низкомолекулярных соединений и биологически активных пищевых добавок для повышения работоспособности, ускорения восстановительных процессов и биохимической адаптации к физическим нагрузкам.
10. Биохимические основы эргогенической диететики.
11. Биохимическое обоснование «углеводной ориентации» питания спортсменов.
12. Особенности влияния занятий физическими упражнениями и спортом на обменные процессы в организме детей и подростков. Особенности гормональной регуляции обменных процессов при выполнении мышечной работы детьми и подростками.
13. Биохимическое обоснование особенностей методики занятий физической культурой и спортом с детьми и подростками.
14. Особенности развития силы, быстроты и выносливости в процессе тренировки детей и подростков.
15. Биохимические особенности зрелого и стареющего организма.
16. Возрастные изменения протекания обменных процессов, его регуляции, биохимического статуса организма в различные периоды после завершения роста.
17. Нормализующее влияние систематических занятий физическими упражнениями и спортом на биохимические параметры зрелого и стареющего организма.

18. Биохимическое обоснование особенностей методики занятий физическими упражнениями и спортом с лицами зрелого и пожилого возраста.

Рубежный контроль раздела 4:

форма рубежного контроля – контрольная работа

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является **дифференцированный зачет, экзамен**, который проводится в устной форме.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
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	Знать: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения, - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; – возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; – физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы	Этап формирования знаний

		<p>регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - структуру построения занятий, формы и способы планирования; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию, классификацию, принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и способы оценки результатов обучения; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;- средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки.</p>	
--	--	---	--

		<p>Уметь: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение, подбирать методику проведения на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей</p>	<p>Этап формирования умений</p>
--	--	--	---------------------------------

		<p>гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>	
		<p>Владеет опытом: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.	
ОПК – 9.	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	Знает: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля, методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в	Этап формирования знаний

		<p>ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p>	
		<p>Умеет: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; -</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС.	
		Владеет: - проведением антропометрических измерений; - применением методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализом биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владеет приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применением методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контролем за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применением базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведением тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализом и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС.	Этап формирования навыков и получения опыта
ПК – 3.	Способен использовать в процессе спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные мероприятия с учетом специфики вида спорта, возраста и пола обучающихся, в том числе с применением методик спортивного массажа.	ПК – 3.1. Медицинские, возрастные и биохимические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на этапах спортивной подготовки, биохимии и гигиены спорта, режимы тренировочной работы, предельные тренировочные нагрузки, объем индивидуальной спортивной подготовки.	Этап формирования знаний
		ПК-3.2. Проводить с обучающимися тренировки на основе комплекса специальных упражнений, соответствующих	Этап формирования умений

		специфике вида спорта, с целью развития технической подготовки	
		ПК – 3.3. Проведение с обучающимися тренировок на основе комплекса общеразвивающих и специальных упражнений с использованием различных отягощений и тренажерных устройств, Проведение с обучающимися тренировки на основе комплекса специальных упражнений, соответствующих специфике вида спорта, с целью развития технической подготовки, Подготовка обучающихся к выполнению нормативов спортивного разряда не ниже кандидата в мастера спорта России, по игровым видам спорта – не ниже первого спортивного разряда, Обеспечение безопасности при проведении занятий по общей физической подготовке на этапах подготовки.	Этап формирования навыков и получения опыта

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
ОПК-1; ОПК-9; ПК-3	Этап формирования знаний.	Теоретический блок вопросов. Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал	1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок: (9-10] баллов; 2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения: [8-9) баллов;

			<p>3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала: (6-8) баллов;</p> <p>4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки: [0-6] баллов.</p>
ОПК-1; ОПК-9; ПК-3	Этап формирования умений	<p>Аналитическое задание (<i>рефераты. контрольные работы</i>)</p> <p>Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10] баллов;</p> <p>2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов;</p>
ОПК-1; ОПК-9; ПК-3	Этап формирования навыков и получения опыта.	<p>Аналитическое задание (<i>рефераты. контрольные работы</i>)</p> <p>Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.</p>	<p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов;</p> <p>4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6] баллов.</p>

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Теоретический блок вопросов к дифференцированному зачету:

1. Ассимиляция и диссимиляция, анаболизм и катаболизм, их взаимосвязь.
2. Обмен веществ и энергии - основа всех биологических функций.
3. Особенности протекания обменных процессов в различных состояниях организма: относительного покоя, активной деятельности, отдыха после работы.
4. Зависимость обмена веществ от возраста, особенностей питания, других факторов.
5. Ферменты как биологические катализаторы, их роль в процессах обмена веществ.
6. Питание как основной путь восполнения энергетических затрат организма, обеспечения его пластическими веществами и веществами-регуляторами.
7. Зависимость потребности в основных компонентах пищи (белках, липидах, углеводах, минеральных соединениях, витаминах) от возраста, пола, особенностей выполняемой тренировочной нагрузки.
8. Понятие о сбалансированном питании.
9. Биохимическое обоснование требований к составу белкового, липидного и углеводного компонентов питания.
10. Использование низкомолекулярных соединений и биологически активных пищевых добавок для повышения работоспособности, ускорения восстановительных процессов и биохимической адаптации к физическим нагрузкам.
11. Биохимические основы эргогенической диететики.
12. Биохимическое обоснование «углеводной ориентации» питания спортсменов.
13. Биохимическое обоснование особенностей питания спортсменов в дни тренировок и соревнований, особенностей питания «на дистанции», при сгонке веса, при тренировках и соревнованиях в условиях среднегорья.

Теоретический блок вопросов к экзамену:

1. Свойства ферментов как биокатализаторов: термоллабильность, температурный оптимум, влияние активной реакции среды на активность ферментов, активация и ингибирование ферментов.
2. Биологическая роль и пищевые источники водорастворимых и жирорастворимых витаминов.
3. Биологическое окисление основной путь освобождения энергии в живых организмах.
4. Энергетический эффект биологического окисления: аккумуляция энергии в макроэргических связях и теплообразование.
5. Аденозинтрифосфорная кислота (АТФ), особенности ее химического строения, биологическая роль.
6. Важнейшие водно-дисперсные системы организма: кровь, лимфа, протоплазма клеток, моча, слюна и др., их химический состав и биологическая роль.
7. Особенности транспорта воды через клеточные мембраны.
8. Биохимические механизмы регуляции водного баланса организма.
9. Понятие об аэробных и анаэробных путях ресинтеза АТФ при мышечной работе.
10. Биохимические изменения в работающих мышцах, крови, других органах и тканях.

11. Биохимические особенности мобилизации энергетических субстратов и транспорта кислорода к работающим тканям.
12. Особенности биохимических изменений в критических условиях мышечной деятельности: на уровне «порога анаэробного обмена», на «критической» мощности, на «мощности истощения», на уровне максимальной анаэробной мощности, при выполнении упражнений разных зон относительной мощности.
13. Утомление и выносливость. Биохимические изменения, приводящие к развитию утомления: истощение энергетических субстратов, нарушение гомеостаза внутренних сред организма, угнетение ферментативной активности продуктами «рабочего» обмена, нарушение пластического обеспечения функций, изменения нервной и гормональной регуляции.
14. Использование жиров в качестве основного источника энергии в период восстановления.
15. Кислородный долг. Биохимические механизмы его образования и оплаты.
16. Явление суперкомпенсации.
17. Особенности регуляции обменных процессов в период восстановления. Биохимическое обоснование средств и методов ускорения восстановительных процессов.
18. Биохимические особенности растущего организма.

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата/магистратуры/специалитета в Российском государственном социальном университете и Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для зачета с оценкой, экзамену и системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

1. Ершов, Ю. А. Биохимия человека: учебник для вузов / Ю. А. Ершов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 466 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-

534-07769-8. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490241>

5.1.2. Дополнительная литература

1. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры: учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 224 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04492-8. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492669>

2. Осипова, Г. Е. Биохимия спорта: учебное пособие для вузов / Г. Е. Осипова, И. М. Сычева, А. В. Осипов. — 2-е изд., испр. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 135 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13612-8. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496296>

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся учебной дисциплины «Биохимия человека» Модуль "Блок1" предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров и практических занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения учебной дисциплины и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы учебной дисциплины, доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия, техники безопасности при работе в аудитории.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач, ознакомление с правилами техники безопасности при работе;
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной учебной программой тематики.

Обработка, обобщение полученных результатов выполненной работы проводится обучающимися самостоятельно или под руководством преподавателя (в зависимости от степени сложности поставленных задач). В результате оформляется индивидуальный отчет. Подготовленная к сдаче на контроль и оценку работа сдается преподавателю. Форма отчетности может быть письменная, устная или две одновременно. Главным результатом в данном случае служит получение положительной оценки по каждому практическому занятию. Это является необходимым условием при проведении рубежного контроля и допуска к дифференцированному зачету и экзамену. При получении неудовлетворительных результатов обучающийся имеет право

в дополнительное время передать преподавателю работу до проведения промежуточной аттестации.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Более подробная информация о самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы по дисциплине (Модуль "Блок1")», «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (Модуль " Блок1")».

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7
2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic
3. Справочная система Консультант+
4. Okular или Acrobat Reader DC
5. Ark или 7-zip
6. SKY DNS
7. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским	https://grebennikon.ru/

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения учебной дисциплины *«Биохимия человека» Модуль " Блок 1"* в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» используются:

Учебная аудитория для занятий лекционного типа оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), а также наглядными пособиями (12 пособий - мышечная система, 15 - внутренние органы, 2-ва световых микроскопа (с препаратами) и др.

Учебная аудитория для занятий семинарского типа: оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), а также наглядными пособиями (12 пособий - мышечная система, 15 - внутренние органы, 10 - с различными нозологиями, 10 - строение анализаторов), муляжами (2 – скелета, набор всех костей, 2 муляжа – головной мозг, 3 муляжа – сердце, 1 муляж – желудок, 1 муляж – мочевой пузырь, 1 муляж – почка и др.), схемами – большого и малого круга кровообращения, 2-ва световых микроскопа (с препаратами) и др.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть Интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

5.6. Образовательные технологии

При реализации учебной дисциплины *«Биохимия человека» (Модуль " Блок 1")* применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение учебной дисциплины *«Биохимия человека» (Модуль " Блок 1")* предусматривает использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий в форме разбора конкретных ситуаций, психологических тренингов в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

При освоении учебной дисциплины *«Биохимия человека» (Модуль " Блок 1")* предусмотрено применением электронного обучения.

Учебные часы дисциплины *«Биохимия человека» (Модуль " Блок 1")* предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках учебной дисциплины *«Биохимия человека» (Модуль " Блок 1")* предусмотрены встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых связана с

направленностью "Физкультурное образование» реализуемой основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1	Утверждена и введена в действие решением Ученого Совета факультета физической культуры на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. №940 и приказом Министерства науки и высшего образования от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные образовательные стандарты высшего образования»	Протокол заседания Ученого совета факультета № 10 от «01» июня 2022 года	01.09.2022



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«03» июня 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Педагогика физической культуры и спорта (МОДУЛЯ)

Направление подготовки
«Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА**

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Педагогика физической культуры и спорта (модуля)» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата 49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

- 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;
- 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;
- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»;
- 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»;
- 05.012 Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»

Рабочая программа дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуль) «Педагогика физической культуры и спорта (Теория и методика базовых видов спорта модуля)» разработана рабочей в составе: старший преподаватель М. В. Некрасова, к.п.н., доцент Е.Д.Бакулина.

Руководитель основной профессиональной образовательной программы к.п.н., доцент

Петрова М. А.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) рекомендована к утверждению представителями организаций-работодателей

Рабочая программа дисциплины (Блок 1 модуля) обсуждена и утверждена на Ученом совете факультета физической культуры. Протокол № 10 от «01» июня 2022 года (наименование факультета)

Декан факультета физической культуры, доктор педагогических наук, доцент

Махов Александр Сергеевич

(подпись)

Автономная некоммерческая организация «Профессиональный клуб женской гимнастики «Олимпия», Президент, тренер-преподаватель по спорту

Л.Н. Ступаченко

(подпись)

Рабочая программа учебной дисциплины рецензирована и рекомендована к утверждению:

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и адаптивной физической культуры Шуйского филиала ИвГУ

Е. А. Осокина

(подпись)

Кандидат педагогических наук, доцент, доцент факультета физической культуры РГСУ

Е. Н. Латушкина

(подпись)

Согласовано Научная библиотека, директор

И.Г. Маляр

(подпись)

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы <i>бакалавриата</i>	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	4
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	20
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	20
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	21
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	24
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	24
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	26
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	32
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	32
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	32
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	42
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	43
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	45
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	45
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	45
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	46
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	46
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	48
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	49
5.6 Образовательные технологии	49
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	51

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) заключается в получении теоретических знаний о педагогических основах физической культуры и спорта, освоении технологии профессиональной деятельности педагога физической культуры и формирование у него педагогического мышления.

Задачи дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля):

В результате изучения курса выпускник должен решать следующие профессиональные задачи:

1. Овладение системой научно-прикладных знаний и умений, необходимых в будущей профессиональной деятельности.
2. Формирование научного мировоззрения, профессионально-педагогической направленности, содействие развитию педагогического мышления.
3. Привитие студентам опыта творческой деятельности и эмоционально-ценностного восприятия педагогической действительности в контексте будущей профессиональной деятельности.
4. Ознакомление с инновационным подходом к определению эффективности технологий обучения и воспитания в области физической культуры и спорта.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы бакалавриата

Дисциплина (модуль) «*Педагогика физической культуры и спорта (модуля)*» реализуется в *обязательной* части основной образовательной программы по направлению подготовки «49.03.01 *Физическая культура*» очной, заочной формам обучения.

Изучение дисциплины (модуля) «*Педагогика физической культуры и спорта (модуля)*» базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися ранее в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): «*Анатомия человека (модуля)*», «*Теория и методика физической культуры и спорта (модуля)*».

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной (модулем):

- *Психология физической культуры и спорта*

- *Физиология человека*

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: ОПК-1; ОПК-6; ОПК-14; ПК-5; ПК-6 в соответствии с основной профессиональной образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура*.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
Планирование	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. - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на	Знать: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения. - влияние нагрузок различной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - химический состав организма человека; - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных

			<p>конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, обучающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации</p>	<p>органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в</p>
--	--	--	---	---

			<p>деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>	<p>образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВС; - методики обучения</p>
--	--	--	--	--

			<p>технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p> <p>Уметь: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при</p>
--	--	--	---

				<p>опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять</p>
--	--	--	--	---

				<p>формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>
--	--	--	--	--

				<p>Владеть опытом: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>
--	--	--	--	---

<p>Воспитание</p>	<p>ОПК – 6.</p>	<p>Способен формировать осознанное отношение к занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</p>	<p>ОПК-6.2. использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;- рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический</p>	<p>Знать: - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенностей питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах. Уметь: -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации</p>
-------------------	-----------------	--	--	---

			<p>повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;- рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих.</p>	<p>Владеть опытом: - применения методик оценки физического развития детей и подростков; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использованию средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; - организации встреч обучающихся с известными спортсменами</p>
<p>Организационно-методическое обеспечение</p>	<p>ОПК -14.</p>	<p>Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса</p>	<p>ОПК-14.2. - обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта; - определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - анализировать проведенные занятия по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке для установления соответствия содержания, методов и</p>	<p>Знать: - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; - требования профессиональных</p>

			<p>средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности.</p>	<p>стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); - федеральные государственные требования к реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта; - основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации; - показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС. Уметь: - обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта; - определять и планировать содержание методического тренировочного и образовательного процессов; - анализировать проведенные занятия по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе</p>
--	--	--	---	---

				<p>полученные результаты для коррекции собственной деятельности. Владеть опытом проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки, ИВС; - разработки методического обеспечения тренировочного процесса; - планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера.</p>
Педагогическая деятельность	ПК-5.	Способен разрабатывать учебно-методическое обеспечение реализации образовательной программы	<p>ПК-5.2. - Вести отчетную документацию по разработке программ и планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся, Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи, Планировать содержание занятий по общей физической и специальной подготовке с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических особенностей и уровня подготовленности занимающихся</p>	<p>Знать: Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, Теория и методика физической культуры, Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке, Комплексы упражнений для повышения уровня общефизической подготовки, специальной подготовки, Порядок составления отчетной документации по подготовке тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся, Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи</p> <p>Уметь: Вести отчетную документацию по разработке программ и планов тренировочных занятий по общей</p>

		<p>различного пола и возраста, материально-технического оснащения, погодных и гигиенических условий, Подбирать средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями занимающихся, Варьировать продолжительность и характер отдыха между отдельными упражнениями, Определять задачи общей физической и специальной подготовки исходя из целей и задач программы подготовки занимающегося.</p>	<p>физической и специальной подготовке занимающихся, Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи, Планировать содержание занятий по общей физической и специальной подготовке с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических особенностей и уровня подготовленности занимающихся различного пола и возраста, материально-технического оснащения, погодных и гигиенических условий, Подбирать средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями занимающихся, Варьировать продолжительность и характер отдыха между отдельными упражнениями, Определять задачи общей физической и специальной подготовки исходя из целей и задач программы подготовки занимающегося. Владеть: Анализом существенных условий для разработки планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке (содержание рабочего плана спортивной подготовки, половозрастные особенности, уровень подготовленности занимающихся,</p>
--	--	--	--

				<p>длительность занятия, методические указания педагога-тренера),</p> <p>Определением задач тренировочных занятий, Выбором оптимальных форм и видов тренировочных занятий, типов нагрузок (силовой, локальной, динамической, статической), Подбором комплекса общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость), упражнений на повышение уровня специальной физической подготовки, Формированием содержания тренировочного занятия (подготовительной, основной и заключительной части), в том числе определение продолжительности, последовательности выполнения и организационно-методических указаний для отдельных комплексов упражнений, Определением требований к спортивному инвентарю и оборудованию, месту и санитарно-гигиеническим условиям проведения тренировочного занятия, Определением системы контрольных показателей и условий достижения программы тренировочных занятий, Подготовкой и согласованием планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке с педагогом- тренером.</p>
--	--	--	--	---

Педагогическая деятельность	ПК-6	Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства, приемы организации деятельности обучающихся	ПК – 6.1. Анализировать динамику физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, выявлять проблемы в цикле тренировки, Обосновывать рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося для сохранения функционального состояния и спортивной формы, Использовать средства спортивной физиологии для анализа и разработки отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, программ спортивной подготовки, планов спортивной подготовки, Проводить консультирование тренеров по прикладным вопросам физиологии спорта в практике тренировочного и соревновательного процесса, Прогнозировать воздействие отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации при проведении выступлений,	Знать: Анатомия человека, Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, Физиология человека с основами биохимии, Основы медицинских знаний, диетология, Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий, Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки, физкультурно-оздоровительные технологии, Педагогические средства управления величиной и направленностью тренировочной нагрузки, Порядок составления отчетной документации по консультированию тренеров, занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки, спортивный мониторинг. Уметь: Анализировать динамику физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, выявлять проблемы в цикле тренировки, Обосновывать рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося для сохранения функционального состояния и спортивной формы, Использовать средства спортивной физиологии для анализа и разработки отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, программ спортивной подготовки,
-----------------------------	------	--	--	---

			<p>обучающих занятий, семинаров, вебинаров.</p>	<p>планов спортивной подготовки, Проводить консультирование тренеров по прикладным вопросам физиологии спорта в практике тренировочного и соревновательного процесса, Прогнозировать воздействие отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации при проведении выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров. Владеть: Ознакомлением педагога-тренера (группы тренеров), занимающихся с результатами контрольных мероприятий по оценке физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, а также с собственными выводами и рекомендациями, сделанными по результатам контрольных мероприятий, Консультированием педагогов-тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам совершенствования общей физической и специальной подготовки занимающегося, содержанию самостоятельных тренировок, по вопросам спортивного и оздоровительного питания (диеты), Выполнением по запросу занимающегося, педагога (группы тренеров) физиологических обоснований отдельных комплексов упражнений,</p>
--	--	--	---	---

				спортивных подвижных игр, прогнозированием воздействия данных мероприятий на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Разработкой планов и программ спортивной подготовки занимающихся в части, касающейся организации общей физической подготовки, специальной подготовки, Проведением публичных выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров по основам спортивной физиологии, организации общей физической подготовки, специальной подготовки.
--	--	--	--	--

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетные единицы.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		3			
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	72	72			
Учебные занятия лекционного типа	16	16			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Практические занятия	24	24			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	23	23			
Лабораторные занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Иная контактная работа	32	32			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Самостоятельная работа обучающихся	63	63			
Контроль промежуточной аттестации	9	9			

Форма промежуточной аттестации		диф.з ачет			
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	144	144			

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 2	
		Сессия 1-2	Сессия 3-4
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	32	32	
Учебные занятия лекционного типа	8	8	
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	3	3	
Практические занятия	8	8	
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	8	8	
Лабораторные занятия			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Иная контактная работа	16	16	
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Самостоятельная работа обучающихся	108	108	
Контроль промежуточной аттестации	4	4	
Форма промежуточной аттестации		диф. зачет	
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	144	144	

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа
Модуль 1 (Семестр 3) Раздел 1. Основы педагогики физической культуры и спорта										
Тема 1. Проблемы и задачи педагогики ФК, как предмета и научной дисциплины. Содержание образования в сфере ФКиС	18	8	10	2		4	4			4
Тема 2 Физическая культура и спорт как факторы социализации личности	15	7	8	2		2	2			4
Раздел 2. Методы и педагогические системы										
Тема 1 Методы педагогического исследования в сфере ФКиС	18	8	10	2		4	4			4
Тема 2 Педагогический процесс, педагогические системы. Методы и формы обучения.	16	8	8	2		2	2			4
Раздел 3. Воспитательный процесс										
Тема 1 Сущность и содержание воспитательного процесса. Принципы, методы и формы воспитания.	8	4	4	2						2
Тема 2 Спортивный коллектив как объект и субъект воспитания	10	4	6	2		2	2			2
Тема 3 Воспитание у учащихся стремления к самосовершенствованию	8	4	4			2	2			2
Тема 4. Педагог как субъект педагогического процесса	8	4	4			2	2			2
Раздел 4. Основные дидактические подходы в педагогике физической культуры										
Тема 1. Специфика коллективных взаимоотношений при занятиях физической культурой и спортом	16	8	8	2		2	2			4
Тема 2. Особенности педагогической работы с различными возрастными и социальными категориями населения	18	8	10	2		4	3			4
Контроль промежуточной аттестации (час)	9									

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
		Самостоятельная работа	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Общий объем, часов по модулю	135	63	72	16		24	23			32
Форма промежуточной аттестации	диф.зачет									

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
		Самостоятельная работа	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Модуль 1. Курс 2 (Сессия 1-2) Раздел 1. Основы педагогики физической культуры и спорта										
Тема 1. Проблемы и задачи педагогики ФК, как предмета и научной дисциплины. Содержание образования в сфере ФКиС	18	14	4	2						2
Тема 2 Физическая культура и спорт как факторы социализации личности	16	12	4			2	2			2
Раздел 2. Методы и педагогические системы										
Тема 1 Методы педагогического исследования в сфере ФКиС	18	14	4			2	2			2
Тема 2 Педагогический процесс, педагогические системы. Методы и формы обучения.	16	12	4	2						2

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа
Раздел 3. Воспитательный процесс										
Тема 1 Сущность и содержание воспитательного процесса. Принципы, методы и формы воспитания.	10	8	2							2
Тема 2 Спортивный коллектив как объект и субъект воспитания	10	8	2							2
Тема 3 Воспитание учащихся стремления к самосовершенствованию	8	6	2			2	2			
Тема 4. Педагог как субъект педагогического процесса	8	6	2	2						
Раздел 4. Основные дидактические подходы в педагогике физической культуры										
Тема 1. Специфика коллективных взаимоотношений при занятиях физической культурой и спортом	20	16	4			2	2			2
Тема 2. Особенности педагогической работы с различными возрастными и социальными категориями населения	16	12	4	2	3					2
Контроль промежуточной аттестации (час)	4									
Общий объем, часов по модулю	140	108	32	8	3	8	8			16
Форма промежуточной аттестации	<i>диф.зачет</i>									

РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся
--------------	-------	---

		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1 (Семестр 3).							
Раздел 1. Основы педагогики физической культуры и спорта	14	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	реферат	2	Компьютерное тестирование
Раздел 2. Методы и педагогические системы	16	10	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	реферат	2	Компьютерное тестирование
Раздел 3. Воспитательный процесс	16	10	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	реферат	2	Компьютерное тестирование
Раздел 4. Основные дидактические подходы в педагогике физической культуры	17	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	7	реферат	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по дисциплине, часов	63	36	-	19	-	8	-

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся
--------------	-------	---

		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1 (Курс 2 Сессии 1-2).							
Раздел 1. Основы педагогики физической культуры и спорта	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	реферат	2	Компьютерное тестирование
Раздел 2. Методы и педагогические системы	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	реферат	2	Компьютерное тестирование
Раздел 3. Воспитательный процесс	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	реферат	2	Компьютерное тестирование
Раздел 4. Основные дидактические подходы в педагогике физической культуры	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	реферат	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по дисциплине, часов	108	56	-	44	-	8	-

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)
РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ ПЕДАГОГИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Тема 1. Проблемы и задачи педагогики физической культуры, как предмета и научной дисциплины. Содержание образования в сфере физической культуры и спорта.

Цель: раскрыть сущность, значение и место педагогики физической культуры, ее функций и формы

Перечень изучаемых элементов содержания

Предмет педагогики физической культуры. Истоки происхождения «педагогики» в сфере физической культуры и этапы ее развития. Педагогика физической культуры как наука. Возникновение отечественной и зарубежной педагогики физической культуры. Современные течения в педагогической науке. Категории педагогики. Система педагогических наук. Общекультурное значение педагогики физической культуры. Профессиональная деятельность и личность педагога физической культуры. Общая и профессиональная культура педагога физической культуры. Дидактические основы педагогики физической культуры.

Вопросы для самоподготовки:

1. История становления педагогики физической культуре и спорта.
2. Основные философские течения, на основе которых развивалась педагогика.
3. Классификация методологических подходов в педагогике.
4. Методы педагогических исследований.

Тема 2. Физическая культура и спорт как факторы социализации личности

Цель: познакомить с факторами социализации личности

Перечень изучаемых элементов содержания

Закономерности развития человека. Общая характеристика развития. Условия и факторы развития человека. Влияние наследственности и среды. Возрастные особенности (развитие и воспитание). Гендерные особенности развития. Факторы, влияющие на развитие человека: внутренние и внешние. Направленное формирование личности в процессе образования в области физической культуры.

Вопросы для самоподготовки:

1. Физическая культура и спорт как средство всестороннего воздействия на личность.
2. Диагностика уровня воспитанности спортсменов и требования к планированию воспитательной работы с ними.
3. Физическая культура и спорт как средство педагогической коррекции отклоняющегося и девиантного поведения молодежи.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1

Форма практического задания: реферат

Примерный перечень тем рефератов к разделу 1:

1. Особенности воспитания современного человека.
2. Воспитание в коллективе. Коллектив и личность.
3. Профессиональная компетентность педагога. Основные уровни и показатели.
4. Мотивация детей к занятиям физической культурой.
5. Активизация учебного процесса. Как сделать обучение интересным и доступным.
6. Педагогические принципы работы с одаренными детьми в системе воспитания и обучения.
7. Дистанционное обучение в вузе.
8. Использование компьютера в учебно-воспитательном процессе.
9. Педагогическая работа с детьми с отклонениями в развитии.
10. Физическая культура и спорт как средство педагогической коррекции отклоняющегося и девиантного поведения молодежи.
11. Влияние наследственности и среды.
12. Основные философские течения, на основе которых развивалась педагогика.
13. Классификация методологических подходов в педагогике.
14. Методы педагогических исследований.
15. Диагностика уровня воспитанности спортсменов и требования к планированию воспитательной работы с ними.

РАЗДЕЛ 2. МЕТОДЫ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ СИСТЕМЫ

Тема 1. Методы педагогического исследования в сфере физической культуры и спорта

Цель: познакомить с методами педагогического исследования

Перечень изучаемых элементов содержания

Методология исследования. Закономерности и законы в педагогике. Традиционные методы исследования. Педагогический эксперимент. Тестирование в педагогике. Изучение групповых процессов. Количественные методы. Методы научного исследования: наблюдение (непосредственное, опосредованное, открытое, скрытое, непрерывное) педагогический эксперимент (естественный и лабораторный; констатирующий и формирующий), опрос.

Вопросы для самоподготовки:

1. Чем характеризуются традиционные методы исследования.
2. Тестирование в педагогике.

Тема 2. Педагогический процесс, педагогические системы. Методы и формы обучения

Цель: познакомить с методами и формами обучения в соответствии с педагогическим процессом

Перечень изучаемых элементов содержания

Педагогический процесс как функционирующая педагогическая система. Этапы педагогического процесса. Педагогические инновации. Педагогические технологии реализации процесса обучения.

В состав любой педагогической системы входят компоненты: педагог, учащийся, содержание образования, формы организации педагогического процесса, методы (обучения и воспитания), средства педагогического процесса, цель и результат. Составляющие педагогического процесса: взаимосвязанные между собой обучение и воспитание.

Классификация методов обучения. Функции методов: презентативная, корректирующая. Выбор методов в зависимости от учебной цели. Методы, типы и приемы обучения. Типы и структуры уроков. Вспомогательные и нетрадиционные формы обучения.

Вопросы для самоподготовки:

1. Составить педагогический кодекс тренера, учителя физической культуры.
2. Провести анализ урока по физическому воспитанию.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2

Форма практического задания: реферат

Примерный перечень тем рефератов к разделу 2:

1. Педагогическая работа с детьми с отклонениями в развитии.
2. Основные положения педагогики А.С. Макаренко.
3. Мария Монтессори и ее система.
4. «Трудные» подростки и неформальные группы общения.
5. Методы обучения. Классификация методов активного обучения.
6. Кодекс тренера.
7. Кодекс педагога.
8. Кодекс учителя физической культуры.
9. Спортивный кодекс.
10. Кодекс спортивного судьи.
11. Педагогический анализ урока.
12. Тестирование в педагогике.
13. Методы исследования.
14. Классификация методов обучения.

15. Вспомогательные и нетрадиционные формы обучения.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 2: форма рубежного контроля – тестирование

РАЗДЕЛ 3. ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС

Тема 1. Сущность и содержание воспитательного процесса. Принципы, методы и формы воспитания.

Цель: познакомить с принципами, методами и формами воспитания

Перечень изучаемых элементов содержания

Воспитательный процесс и как он происходит. Структура воспитательного процесса. Цели и задачи, условия и факторы воспитания. Методы, типы и приемы воспитания. Содержание процесса воспитания. Самовоспитание. Характерные особенности воспитания, его основные функции. Взаимосвязь общечеловеческих и национальных начал в воспитании. Особенности воспитания обучаемых различных возрастных групп. Особенности подросткового возраста. Учет индивидуальных особенностей.

Вопросы для самоподготовки:

1. Умственное, нравственное, трудовое, эстетическое, физическое воспитание.
2. Закономерности, принципы и средства воспитания.
3. Общие методы воспитания.
4. Разобрать этапы периодизации в учебно-воспитательном процессе.
5. Посмотреть примеры долгосрочного, этапного и текущего планирования на примере избранного вида спорта.

Тема 2. Спортивный коллектив как объект и субъект воспитания

Цель: рассмотреть спортивный коллектив как объект и субъект воспитания

Перечень изучаемых элементов содержания

Современные технологии воспитания. Классификация технологий. Воспитание в коллективе. Коллектив и личность. Развитие личности зависит от развития коллектива, структуры деловых и межличностных отношений. Активность воспитанников, уровень их физического и умственного развития имеет обратную силу действия. Первые теории о коллективе (Щацкий, Крупская, Макаренко). Теория коллектива, признаки коллектива (А. Макаренко). Семейное воспитание. Технология свободного воспитания. Западные модели.

Вопросы для самоподготовки:

1. Принципы организации детского спортивного коллектива.
2. Валеологическое воспитание – основа здорового общества.
3. Особенности планирования и контроля в физической культуре.

Тема 3. Воспитание у учащихся стремления к самосовершенствованию

Цель: познакомить студентов с воспитательным процессом учащихся

Перечень изучаемых элементов содержания

Личность учащегося в педагогическом процессе. Образовательная система и развитие личности. Социальная зрелость личности. Мотивация обучаемых. Потребности и стимулы.

Виды самосовершенствования: нравственное; интеллектуальное; физическое. Этапы формирования стремления к самосовершенствованию. Уровни самооценки. Возрастные особенности формирования стремления к самосовершенствованию. Факторы, от которых зависит адекватность самооценки. Этапы и методы самовоспитания. Приемы самовоспитания. Разработка программы и личных правил самовоспитания. Типичные ошибки самовоспитания.

Вопросы для самоподготовки:

1. Умственное, нравственное, трудовое, эстетическое, физическое воспитание.
2. Закономерности, принципы и средства воспитания.
3. Общие методы воспитания.

Тема 4. Педагог как субъект педагогического процесса

Цель: познакомить студентов с профессиональными компетенциями, которыми должен обладать педагог по физической культуре

Перечень изучаемых элементов содержания

Сущность и структура педагогической деятельности. Педагогическое общение. Стили педагогического руководства. Понятие «педагогическое мастерство». Объективные и субъективные стороны педагогического мастерства. Психолого-педагогические принципы построения авторитета тренера. Профессионализм личности тренера. Результативность педагогической деятельности. Индивидуально-психологические факторы педагогического профессионализма. Профессиональное самосознание тренера.

Структура и уровни педагогических способностей. Педагогические и другие специальные способности. Профессионально-педагогическая компетентность, ее виды: специально-педагогическая, методическая, социально-педагогическая, дифференциально-психологическая, аутопсихологическая. Педагогическая интуиция и предвидение. Творческий характер педагогической деятельности.

Организаторская деятельность тренера, ее компоненты: целевой, стимулирующе-мотивационный, содержательный, контрольно-регулирующий, оценочно-результативный.

Вопросы для самоподготовки:

1. Понятие о профессионализме педагога по физической культуре.
2. Структура и уровни педагогических способностей.
3. Профессионально-педагогическая компетентность, ее виды.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 3

Форма практического задания: реферат

Примерный перечень тем рефератов к разделу 3:

1. Особенности воспитания мальчиков и девочек в семье.
2. Понятие «дидактика» и ее основы.
3. Понятия «одаренность» и «гениальность».
4. Гендерные особенности развития и их учет в педагогической деятельности специалиста по физической культуре и спорту.
5. Игра как ведущая деятельность ребенка дошкольного возраста.
6. Социальное воспитание в процессе становления личности.
7. Типологические характеристики личности студента и преподавателя.
8. Системы образования в России.
9. Зарождение и развитие педагогической науки в России.
10. Педагогика в системе знаний о человеке.
11. Использование компьютерных технологий в процессе воспитания и обучения современной молодежи.
12. Умственное, эстетическое, физическое воспитание.
13. Закономерности, принципы и средства воспитания.
14. Общие методы воспитания.
15. Нравственное и трудовое воспитание.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 3: форма рубежного контроля – тестирование

РАЗДЕЛ 4. ОСНОВНЫЕ ДИДАКТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ В ПЕДАГОГИКЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Тема 1. Специфика коллективных взаимоотношений при занятиях физической культурой и спортом

Цель: ознакомить студентов со спецификой коллективных взаимоотношений при занятиях физической культурой и спортом

Перечень изучаемых элементов содержания

Характеристика спортивного коллектива, его основные функции. Особенности спортивного коллектива. Значение коллектива для решения учебно-воспитательных задач при занятиях физической культурой и спортом. Особенности целеориентирования в спортивном коллективе: индивидуальные спортивные цели, общеколлективные. Концепция ценностного обмена. Влияние групп разного уровня развития на поведение личности и межличностные отношения. Проблема социальной и спортивной адаптации в группе. Формирование коммуникативно целесообразных взаимоотношений молодых спортсменов и ветеранов в спортивных командах. Проблема лидерства в спорте. Взаимодействие тренера с лидерами спортивных групп и команд. Социально-психологические феномены детского спортивного коллектива. Этапы развития детского спортивного коллектива. Воспитательные возможности спортивных команд в различных видах спорта. Особенности педагогического руководства. Стили руководства спортивной группой и их эффективность.

Вопросы для самоподготовки:

1. Характеристика спортивного коллектива, стадии его формирования.
2. Социально-психологический феномен спортивного коллектива.
3. Специфика коллективных взаимоотношений в процессе занятий физической культурой и спортом.
4. Воспитательные возможности спортивных команд.
5. Оценка эффективности стилей руководства.

Тема 2. Особенности педагогической работы с различными возрастными и социальными категориями населения

Цель: познакомить со спецификой педагогической работы с различными возрастными и социальными категориями населения

Перечень изучаемых элементов содержания

Специфика педагогического взаимодействия с детьми, имеющими ограниченные возможности. Андрагогическая деятельность в области ветеранского спорта, ее специфика и особенности. Физическая культура и спорт как альтернатива социально неблагоприятным факторам воздействия на молодое поколение: различие в менталитете, социальном статусе. Особенности воспитания детей с учетом этнокультурного компонента. Модель эффективного педагогического взаимодействия с одаренными детьми в физкультурно-спортивной деятельности. Специфика физкультурно-спортивной работы с детьми различного социального уровня (детские дома, интернаты, спецшколы). Особенности работы спортивного педагога в качестве персонального тренера.

Вопросы для самоподготовки:

1. Изучение модели эффективного педагогического взаимодействия с детьми различного социального уровня.
2. Сущность педагогических инноваций в спорте.
3. Педагогические технологии и инновации в области физической культуры и спорта
4. Технология обучения в физкультурно-спортивной деятельности на основе обучающих игр.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 4

Форма практического задания: реферат

Примерный перечень тем рефератов к разделу 4

1. Основные направления педагогической работы с различными возрастными и социальными категориями населения.
2. Специфика педагогического взаимодействия с детьми, имеющими ограниченные возможности.
3. Особенности воспитания детей с учетом этнокультурного компонента.
4. Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность.
5. Характеристика педагогических технологий и инноваций в области физической культуры и спорта.

6. Личностно-ориентированные парадигмы в дидактике спорта.
7. Использование активных методов обучения в физкультурно-спортивной деятельности.
8. Нормативные документы, отражающие содержание физкультурного образования.
9. Специфика физкультурно-спортивной работы с детьми различного социального уровня.
10. Особенности и воспитательные возможности спортивного коллектива.
11. Педагоги-новаторы в спорте.
12. Педагоги физической культуры - новаторы.
13. Специфика воспитательной работы с высококвалифицированными спортсменами.
14. Принципы организации детского спортивного коллектива.

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 4: форма рубежного контроля – тестирование

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является **дифференцированный зачет**, который проводится в **устной** форме.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
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	Знать: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения, - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы	Этап формирования знаний

		<p>регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - структуру построения занятий, формы и способы планирования; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию, классификацию, принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и способы оценки результатов обучения; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;- средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки.</p> <p>Уметь: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной</p>	<p>Этап формирования умений</p>
--	--	---	---------------------------------

		<p>результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение, подбирать методику проведения на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения,</p>	
--	--	--	--

		погодных и санитарно-гигиенических условий.	
		<p>Владеет опытом: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетки, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>	Этап формирования навыков и получения опыта
ОПК – 6.	Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни	<p>ОПК – 6.1. Знает: - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - санитарно-гигиенические основы</p>	Этап формирования знаний

		<p>деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенностей питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах.</p>	
		<p>ОПК-6.2. Умеет: -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;- рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих.</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>ОПК-6.3. Имеет опыт: - применения методик оценки физического развития детей и подростков; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; - организации встреч обучающихся с известными спортсменами.</p>	Этап формирования навыков и получения опыта
ОПК – 14.	Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	<p>ОПК-14.1. Знает: - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; - требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); - федеральные государственные требования к реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта; - основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению</p>	Этап формирования знаний

		<p>физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации; - показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по ИВС;</p> <p>- особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p>	
		<p>ОПК-14.2. Умеет: - обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта; - определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - анализировать проведенные занятия по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности.</p>	Этап формирования умений
		<p>ОПК-14.3. Имеет опыт - проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки, ИВС; - разработки методического обеспечения тренировочного процесса; - планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера.</p>	Этап формирования навыков и получения опыта
ПК-5.	Способен разрабатывать учебно-методическое обеспечение реализации образовательной программы	<p>ПК-5.1. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, Теория и методика физической культуры, Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке, Комплексы упражнений для повышения уровня общефизической подготовки, специальной подготовки, Порядок составления отчетной</p>	Этап формирования знаний

		<p>документации по подготовке тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся, Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи</p>	
		<p>ПК - 5.2. Вести отчетную документацию по разработке программ и планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся, Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи, Планировать содержание занятий по общей физической и специальной подготовке с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических особенностей и уровня подготовленности занимающихся различного пола и возраста, материально-технического оснащения, погодных и гигиенических условий, Подбирать средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями занимающихся, Варьировать продолжительность и характер отдыха между отдельными упражнениями, Определять задачи общей физической и специальной подготовки исходя из целей и задач программы подготовки занимающегося.</p>	<p>Этап формирования умений</p>
		<p>ПК – 5.3. Анализ существенных условий для разработки планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке (содержание рабочего плана спортивной подготовки, половозрастные особенности, уровень подготовленности занимающихся, длительность занятия, методические указания педагога-тренера), Определение задач тренировочных занятий, Выбор оптимальных форм и видов тренировочных занятий, типов нагрузок (силовой, локальной, динамической,</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>статической), Подбор комплекса общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость), упражнений на повышение уровня специальной физической подготовки, Формирование содержания тренировочного занятия (подготовительной, основной и заключительной части), в том числе определение продолжительности, последовательности выполнения и организационно-методических указаний для отдельных комплексов упражнений, Определение требований к спортивному инвентарю и оборудованию, месту и санитарно-гигиеническим условиям проведения тренировочного занятия, Определение системы контрольных показателей и условий достижения программы тренировочных занятий, Подготовка и согласование планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке с педагогом- тренером.</p>	
ПК-6.	Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства, приемы организации деятельности обучающихся	<p>ПК – 6.1. Анатомия человека, Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, Физиология человека с основами биохимии, Основы медицинских знаний, диетология, Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий, Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки, физкультурно-оздоровительные технологии, Педагогические средства управления величиной и направленностью тренировочной нагрузки, Порядок составления отчетной документации по консультированию тренеров, занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки, спортивный мониторинг,</p>	Этап формирования знаний
		<p>ПК – 6.2. Анализировать динамику физической и функциональной</p>	Этап формирования умений

		<p>подготовленности занимающихся в циклах тренировки, выявлять проблемы в цикле тренировки, Обосновывать рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося для сохранения функционального состояния и спортивной формы, Использовать средства спортивной физиологии для анализа и разработки отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, программ спортивной подготовки, планов спортивной подготовки, Проводить консультирование тренеров по прикладным вопросам физиологии спорта в практике тренировочного и соревновательного процесса, Прогнозировать воздействие отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации при проведении выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров.</p>	
		<p>ПК – 6. 3. Ознакомление педагога-тренера (группы тренеров), занимающихся с результатами контрольных мероприятий по оценке физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, а также с собственными выводами и рекомендациями, сделанными по результатам контрольных мероприятий, Консультирование педагогов-тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам совершенствования общей физической и специальной подготовки занимающегося, содержанию самостоятельных тренировок, по вопросам спортивного и оздоровительного питания (диеты), Выполнение по запросу занимающегося, педагога (группы тренеров) физиологических обоснований отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, прогнозирование</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		<p>воздействия данных мероприятий на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, Разработка планов и программ спортивной подготовки занимающихся в части, касающейся организации общей физической подготовки, специальной подготовки, Проведение публичных выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров по основам спортивной физиологии, организации общей физической подготовки, специальной подготовки</p>	
--	--	---	--

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
<p>ОПК-1; ОПК-6; ОПК-14; ПК-5; ПК-6</p>	<p>Этап формирования знаний.</p>	<p>Теоретический блок вопросов.</p> <p>Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал</p>	<p>1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок: (9-10] баллов; 2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения: [8-9) баллов; 3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала: (6-8) баллов; 4) обучающийся не знает значительной части</p>

			программного материала, допускает существенные ошибки: [0-6] баллов.
ОПК-1; ОПК-6; ОПК-14; ПК-5; ПК-6	Этап формирования умений	Аналитическое задание (<i>рефераты, компьютерное тестирование</i>) Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений	1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10) баллов; 2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов; 3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов; 4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6] баллов.
ОПК-1; ОПК-6; ОПК-14; ПК-5; ПК-6	Этап формирования навыков и получения опыта.	Аналитическое задание (<i>рефераты, компьютерное тестирование</i>) Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.	

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Теоретический блок вопросов к дифференцированному зачету:

1. Педагогика как наука и как искусство.
2. Взаимосвязь общечеловеческих и национальных начал в воспитании.
3. Важнейшие направления педагогической мысли на современном этапе общественного развития.
4. Сущность деятельности педагога ФК.

5. Функции спортивного тренера.
6. Особенности отечественной системы ФК и С.
7. В чем сущность влияния наследуемых факторов на развитие человека?
8. В чем сущность влияния социальных факторов на развитие человека?
9. Суть и особенности возрастной периодизации в занятиях физической культурой.
10. Структура личности.
11. Структура темперамента.
12. Назовите основные методы исследования в педагогике ФК.
13. Особенности применения методов тестирования в педагогике ФК.
14. Взаимоотношение количественных и качественных методов исследования в педагогике ФК.
15. Классификация методов исследования в педагогике.
16. Особенности образовательных стандартов нового поколения.
17. Особенности структуры и системы профессионального образования в области физической культуры и спорта.
18. Преимущество профессиональных образовательных программ – современная реальность.
19. Современные подходы к качеству образования
20. Характеристика педагогических инноваций в области физического воспитания и обучения человека.
21. Сущность проектировочной деятельности учителя физической культуры.
22. Контроль как один из ведущих видов деятельности учителя ФК.
23. Воспитание, образование, обучение в процессе физического воспитания.
24. Основные категории педагогики: воспитание, образование, обучение.
25. Характерные особенности процесса обучения в физкультурной и спортивной деятельности.
26. Основные задачи и функции физической культуры.
27. Представьте процесс обучения в виде функционирующей дидактической системы.
28. Виды педагогических систем.
29. В чем отличие педагогической системы от системы воспитания?
30. Особенности процесса обучения в физическом воспитании и спорте.
31. Законы и закономерности обучения.
32. Влияние форм организации занятий на мотивацию учащихся к занятиям ФК.
33. Применение неурочных форм в физическом воспитании и спорте.
34. Особенности домашних заданий (самостоятельной работы) в физическом воспитании.
35. Что такое физическое воспитание и в чем его сущность.
36. Показатели воспитанности для физической культуры.
37. Главные стадии процесса воспитания.
38. Задачи и цели воспитания в физической культуре
39. Воспитательный процесс и его особенности в ФКиС.
40. Сущность личностного подхода в воспитании.
41. Методы формирования сознания.
42. Охарактеризуйте технологию свободного воспитания.
43. Отличия свободного воспитания от принудительного.
44. Особенности воспитания личности в коллективе.
45. Стили управления коллективом
46. Коллектив как фактор самосовершенствования личности.
47. Средства и методы формирования стремления к самосовершенствованию личности.
48. От чего зависит самооценка личности?
49. Уровни профессионализма личности
50. Творческий потенциал и профессионализм личности спортивного тренера.
51. Место педагогического общения в структуре педагогической деятельности спортивного тренера.

Аналитический блок заданий:

- Задание 1. Подготовьте сценарий спортивного праздника для конкретного контингента, указав воспитательную направленность данного мероприятия
- Задание 2. Продиагностируйте собственный уровень профессиональной (управленческой) компетентности по методике М.В. Прохоровой
- Задание 3. Опишите любую дидактическую игру и дайте развернутую оценку ее учебно-воспитательного потенциала.
- Задание 4. Подготовьте доклад на тему «Педагогическая школа выдающихся тренеров» (на примере своей специализации).
- Задание 5. Составьте логико-структурную схему «Современные тенденции в развитии педагогических процессов в сфере физической культуры и спорта»
- Задание 6. Составьте логико-структурную схему «Методы педагогического процесса»
- Задание 7. Подберите комплекс диагностических методик по выявлению профессионально-педагогической компетентности.
- Задание 8. Выявите уровень собственной компетентности, оформите карту обследования.
- Задание 9. Составьте план самообразования.

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата/магистратуры/специалитета в Российском государственном социальном университете и Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для зачета с оценкой и системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

1. Манжелей, И. В. Педагогика физического воспитания: учебное пособие для вузов / И. В. Манжелей. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 182 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09508-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493970>

5.1.2. Дополнительная литература

1. Литвинов, С. А. Методика обучения физической культуре. Календарно-тематическое планирование: учебное пособие для вузов / С. А. Литвинов. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 413 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11125-5. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494558>
2. Педагогика физической культуры: курс лекций: [16+] / авт.-сост. Н.В. Минникаева; Кемеровский государственный университет. — Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2019. — 111 с. — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=574106>

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Педагогика физической культуры и спорта» предполагает изучение материалов дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров и практических занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программой

дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач, ознакомление с правилами техники безопасности при работе в аудитории;
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной учебной программой тематики.

Обработка, обобщение полученных результатов практического занятия проводится обучающимися самостоятельно или под руководством преподавателя (в зависимости от степени сложности поставленных задач). В результате оформляется индивидуальный отчет. Подготовленная к сдаче на контроль и оценку работа сдается преподавателю. Форма отчетности может быть письменная, устная или две одновременно. Главным результатом в данном случае служит получение положительной оценки по каждому практическому занятию. Это является необходимым условием при проведении рубежного контроля и допуска к дифференцированному

зачету. При получении неудовлетворительных результатов обучающийся имеет право в дополнительное время пересдать преподавателю работу до проведения промежуточной аттестации.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Более подробная информация о самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы по дисциплине (Теория и методика базовых видов спорта модулю)», «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (Теория и методика базовых видов спорта модулю)».

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7
2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic
3. Справочная система Консультант+
4. Okular или Acrobat Reader DC
5. Ark или 7-zip
6. SKY DNS
7. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/

4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) *Педагогика физической культуры и спорта*» (Теория и методика базовых видов спорта модуля)» в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура* используются:

Учебная аудитория для занятий лекционного типа оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

Учебная аудитория для занятий семинарского типа: оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть Интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

5.6 Образовательные технологии

При реализации дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) *«Педагогика физической культуры и спорта (Теория и методика базовых видов спорта модуля)»* применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) *«Педагогика физической культуры и спорта (Теория и методика базовых видов спорта модуля)»* предусматривает использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий в форме разбора конкретных ситуаций в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития **профессиональных** навыков обучающихся.

При освоении дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) *«Педагогика физической культуры и спорта (Теория и методика базовых видов спорта о модуля)»* предусмотрено применением электронного обучения.

Учебные часы дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) *«Педагогика физической культуры и спорта (Теория и методика базовых видов спорта модуля)»* предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «*Педагогика физической культуры и спорта* (Теория и методика базовых видов спорта модуля)» **предусмотрены** встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых связана с *направленностью* реализуемой основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата/магистратуры/специалитета.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1	Утверждена и введена в действие решением Ученого Совета факультета физической культуры на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. №940 и приказом Министерства науки и высшего образования от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные образовательные стандарты высшего образования»	Протокол заседания Ученого совета факультета № 10 от «01» июня 2022 года	01.09.2022



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«03» июня 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Психология физической культуры и спорта (МОДУЛЯ)

Направление подготовки
«Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА**

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Психология физической культуры и спорта (модуля)» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата 49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

- 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;
- 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;
- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»;
- 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»;
- 05.012 Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»

Рабочая программа дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуль) «Психология физической культуры и спорта (Теория и методика базовых видов спорта модуля)» разработана рабочей в составе: старший преподаватель М. В. Некрасова, к.п.н., доцент Е.Д.Бакулина.

Руководитель основной профессиональной образовательной программы к.п.н., доцент

Петрова М. А.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Блок 1 модуля) обсуждена и утверждена на Ученом совете факультета физической культуры. Протокол № 10 от «01» июня 2022 года
(наименование факультета)

Декан факультета физической культуры, доктор педагогических наук, доцент

Махов Александр Сергеевич

(подпись)

Автономная некоммерческая организация «Профессиональный клуб женской гимнастики «Олимпия», Президент, тренер-преподаватель по спорту

Л.Н. Ступаченко

(подпись)

Рабочая программа учебной дисциплины рецензирована и рекомендована к утверждению:

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и адаптивной физической культуры Шуйского филиала ИвГУ

Е. А. Осокина

Кандидат педагогических наук, доцент, доцент факультета физической культуры РГСУ

(подпись)

Е. Н. Латушкина

(подпись)

Согласовано
Научная библиотека, директор

И.Г. Маляр

(подпись)

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы <i>бакалавриата</i>	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	4
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	19
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	19
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	21
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	23
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	23
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	26
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	33
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	33
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	32
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	43
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	44
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	48
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	48
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	48
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)	49
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	49
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	51
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	52
5.6 Образовательные технологии	52
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	54

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) - формирование системы знаний о закономерностях проявления, развития и формирования психики человека в специфических условиях физического воспитания и спорта под влиянием тренерской, педагогической и организационно-методической деятельности.

Задачи дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля):

В результате изучения курса выпускник должен решать следующие профессиональные задачи:

1. Сформировать у студентов целостное представление о психологических особенностях человека как факторах успешности его деятельности
2. Изучение закономерности психической деятельности отдельных людей и коллективов в условиях тренировок и спортивных соревнований.
3. Изучение основных методов диагностики и коррекции, используемых в физической культуре и спорте.
4. Освоение навыков психологического сопровождения физической культуры и спорта.
5. Формирование умений диагностировать уровень своей психологической подготовленности, намечать направления к самосовершенствованию.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы бакалавриата

Дисциплина (модуль) «*Психология физической культуры и спорта (модуля)*» реализуется в *обязательной* части основной образовательной программы по направлению подготовки «49.03.01 *Физическая культура*» очной, заочной формам обучения.

Изучение дисциплины (модуля) «*Психология физической культуры и спорта (модуля)*» базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися ранее в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): «*Биохимия человека (модуля)*», «*Педагогика физической культуры и спорта (модуля)*».

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной (модулем):

- *Спортивная метрология*

- *Физиология человека*

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: ОПК-1; ОПК-6; ОПК-9; ОПК-10 в соответствии с основной профессиональной образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура*.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
Планирование	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. - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастано-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения	Знать: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения. - влияние нагрузок различной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - химический состав организма человека; - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных

			<p>теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, обучающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически</p>	<p>органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного</p>
--	--	--	---	---

			<p>обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>	<p>процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической, технической,</p>
--	--	--	--	--

			<p> тактической и психологической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - способы оценки результатов учебно- тренировочного процесса в ИВС; - виды и технологии планирования и организации учебно- тренировочного процесса в ИВС. </p> <p> Уметь: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать </p>
--	--	--	--

			<p>тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся с учетом</p>
--	--	--	---

			<p>особенностей гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>
--	--	--	---

				<p>Владеть опытом:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.
--	--	--	--	--

Воспитание	ОПК – 6.	<p>Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</p>	<p>ОПК-6.2. использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;- рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию</p>	<p>Знать: - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенностей питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах. Уметь: -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных,</p>
------------	----------	--	--	--

			<p>сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;- рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих.</p>	<p>Владеть опытом: - применения методик оценки физического развития детей и подростков; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; - организации встреч обучающихся с известными спортсменами</p>
Контроль и анализ	ОПК – 9.	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	<p>ОПК-9.2. - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; -</p>	<p>Знать: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику,</p>

			<p>использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; - интерпретировать</p>	<p>психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля, методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС. Уметь: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с</p>
--	--	--	---	--

			<p>результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС.</p>	<p>помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования</p>
--	--	--	--	---

				<p>подготовленности спортсменов в ИВС. Владеть опытом - проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС.</p>
--	--	--	--	--

<p>Профессиональное взаимодействие</p>	<p>ОПК – 10.</p>	<p>Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта</p>	<p>ОПК-10.2. - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения; - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами; - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; - предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – в жизненных) ситуациях; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая</p>	<p>Знать: - основы менеджмента, управления персоналом; - основы эффективных коммуникаций; - методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетними обучающимися, коллегами по работе; - методы консультирования, проведения мастер-классов, круглых столов; - нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи; - методы оценки качества и результативности работы подчиненных; - типичные психологические трудности занимающихся физической культурой и спортом; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией; - основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе; - методики подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта. Уметь: - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их</p>
--	------------------	--	--	---

			<p>поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; - вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся; - определять цели и задачи деятельности спортивного актива; - контролировать и направлять работу спортивного актива; - определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта; - оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p>	<p>выполнения; - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами; - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; - предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; - вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся; - определять цели и задачи деятельности спортивного актива; - контролировать и направлять работу спортивного актива; -</p>
--	--	--	--	---

				<p>определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта; - оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p> <p>Владеть опытом - определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; - составления плана физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - распределения задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды); - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; - применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися физической культурой и спортом; - анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.</p>
--	--	--	--	---

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетные единицы.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		4			

Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	72	72			
Учебные занятия лекционного типа	16	16			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Практические занятия	24	24			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Лабораторные занятия					
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Иная контактная работа	32	32			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>					
Самостоятельная работа обучающихся	63	63			
Контроль промежуточной аттестации	9	9			
Форма промежуточной аттестации		диф.з ачет			
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	144	144			

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 2	
		Сессия 1-2	Сессия 3-4
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	32		32
Учебные занятия лекционного типа	8		8
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Практические занятия	8		8
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Лабораторные занятия			
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Иная контактная работа	16		16
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Самостоятельная работа обучающихся	108		108
Контроль промежуточной аттестации	4		4

Форма промежуточной аттестации			диф. зачет
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	144		144

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов											
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками									
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки		Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки		Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	
					Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки						
Модуль 1 (Семестр 3) Раздел 1. Введение в психологию. Психические процессы												
Тема 1. Перцептивно-мнемические процессы психики	18	8	10	2		4				4		
Тема 2. Мышление, воображение, речь	15	7	8	2		2				4		
Раздел 2. Психические свойства, состояния личности, эмоционально-волевая и мотивационная сфера												
Тема 1. Психические свойства и состояния личности	18	8	10	2		4				4		
Тема 2. Эмоционально-волевая и мотивационная сферы личности	16	8	8	2		2				4		
Раздел 3. Психология физической культуры и спорта												
Тема 1. Психологическая характеристика физической культуры (предмет, задачи и методы)	8	4	4	2						2		
Тема 2. Психологические основы обучения	10	4	6	2		2				2		
Тема 3. Психологические основы воспитания	8	4	4			2				2		
Тема 4. Психологические основы обучения двигательным действиям. Развитие психики в процессе физического воспитания	8	4	4			2				2		
Раздел 4. Психологические основы формирования личности в физическом воспитании												
Тема 1. Психологическая характеристика деятельности и личности учителя физической культуры	16	8	8	2		2				4		

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Тема 2. Психологические особенности учебно-тренировочной деятельности. Психология спортивного соревнования	18	8	10	2		4					4
Контроль промежуточной аттестации (час)	9										
Общий объем, часов по модулю	135	63	72	16		24					32
Форма промежуточной аттестации	диф.зачет										

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Модуль 1. 2 курс (Сессия 3-4) Раздел 1. Введение в психологию. Психические процессы											
Тема 1. Перцептивно-мнемические процессы психики	18	14	4	2							2
Тема 2. Мышление, воображение, речь	16	12	4			2					2
Раздел 2. Психические свойства, состояния личности, эмоционально-волевая и мотивационная сфера											
Тема 1. Психические свойства и состояния личности	18	14	4			2					2

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа
Тема 2. Эмоционально-волевая и мотивационная сферы личности	16	12	4	2						2
Раздел 3. Психология физической культуры и спорта										
Тема 1. Психологическая характеристика физической культуры (предмет, задачи и методы)	10	8	2							2
Тема 2. Психологические основы обучения	10	8	2							2
Тема 3. Психологические основы воспитания	8	6	2			2				
Тема 4. Психологические основы обучения двигательным действиям. Развитие психики в процессе физического воспитания	8	6	2	2						
Раздел 4. Психологические основы формирования личности в физическом воспитании										
Тема 1. Психологическая характеристика деятельности и личности учителя физической культуры	20	16	4			2				2
Тема 2. Психологические особенности учебно-тренировочной деятельности. Психология спортивного соревнования	16	12	4	2						2
Контроль промежуточной аттестации (час)	4									
Общий объем, часов по модулю	140	108	32	8		8				16
Форма промежуточной аттестации	<i>диф.зачет</i>									

РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1 (Семестр 3).							
Раздел 1. Введение в психологию. Психические процессы	14	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	реферат	2	Компьютерное тестирование
Раздел 2. Психические свойства, состояния личности, эмоционально- волевая и мотивационная сфера	16	10	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	реферат	2	Компьютерное тестирование
Раздел 3. Психология физической культуры и спорта	16	10	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	4	реферат	2	Компьютерное тестирование
Раздел 4. Психологические основы формирования личности в физическом воспитании	17	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	7	реферат	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по дисциплине, часов	63	36	-	19	-	8	-

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1 (Курс 2 Сессии 3-4).							
Раздел 1. Введение в психологию. Психические процессы	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	реферат	2	Компьютерное тестирование
Раздел 2. Психические свойства, состояния личности, эмоционально- волевая и мотивационная сфера	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	реферат	2	Компьютерное тестирование
Раздел 3. Психология физической культуры и спорта	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	реферат	2	Компьютерное тестирование
Раздел 4. Психологические основы формирования личности в физическом воспитании	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	реферат	2	Компьютерное тестирование
Общий объем по дисциплине, часов	108	56	-	44	-	8	-

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. ВВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГИЮ. ПСИХИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ

Тема 1. Перцептивно-мнемические процессы психики

Цель: сформировать систему знаний о сущности, видах, закономерностях функционирования перцептивно-мнемических познавательных процессов психики

Перечень изучаемых элементов содержания.

Особенности внутренней картины мира и механизм ее построения: отражение или моделирование реальности. Психическая познавательная активность человека и моделирование мира. Содержание и структура познавательной сферы человеческой психики. Познание и моделирование реальности. Основные способы моделирования мира человеком. Концепция ориентировочной деятельности человека. Характеристика ориентировочной основы деятельности, обучения и поведения человека.

Психологическая характеристика различных видов ощущения. Восприятие в системе когнитивного взаимодействия человека со средой. Процессы и структуры восприятия. Закономерности восприятия. Взаимодействие восприятия с другими познавательными процессами. Основные теории восприятия. Особенности восприятия в различных условиях деятельности. Психологическая характеристика различных видов ощущения. Восприятие в системе когнитивного взаимодействия человека со средой. Процессы и структуры восприятия. Закономерности восприятия. Взаимодействие восприятия с другими познавательными процессами. Основные теории восприятия. Особенности восприятия в различных условиях деятельности.

Общее представление о внимании. Место внимания в структуре познавательной деятельности. Внимание как функция внутреннего контроля. Внимание и сознание. Произвольное и непроизвольное внимание. Основные свойства внимания и способы их оценки. Методы активизации внимания. Роль внимания в различных видах деятельности

Мнемические функции и свойства. Гипотезы о психологических механизмах памяти. Психологические теории памяти. Виды памяти. Связь памяти с другими психическими процессами. Память и научение. Овладение процессами памяти. Развитие памяти. Условия и приемы эффективного запоминания. Влияние различных условий деятельности на мнемические процессы.

Вопросы для самоподготовки:

1. В чем заключается специфика сенсорики как механизма психического отражения?
2. В чем проявляется различие в подходе к пороговой проблеме в классической и современной психофизике?
3. Чем перцептивный образ отличается от сенсорного?
4. В чем проявляется и чем объясняется предметность восприятия?
5. Что позволяет человеку адаптироваться к условиям искажения сетчаточных изображений? Наблюдается ли перцептивная адаптация у животных?
6. Работой каких механизмов объясняется константность восприятия размера в различных теориях восприятия?
7. Как иллюзии восприятия интерпретируются в гештальт-теории?
8. Как связаны внимание и мотивация субъекта?
9. Как модели внимания трактуются в рамках деятельностного подхода?
10. Как связаны память и восприятие?

Тема 2. Мышление, воображение, речь

Цель: сформировать систему знаний о сущности, видах, закономерностях функционирования познавательных процессов психики: мышления, воображения, речи.

Перечень изучаемых элементов содержания.

Внутренняя переработка информации; абстрактное моделирование. Познание скрытых от наблюдения свойств и закономерностей. Воссоздание прошлого и прогнозирование будущего.

Восполнение пробелов в познании. Основные теории мышления. Разновидности мыслительных процессов. Мышление теоретическое и практическое. Концепция практического интеллекта Б.М.Теплова. Методы решения мыслительных задач. Культура человеческого мышления. Естественный и искусственный интеллект. Особенности мышления человека при выполнении различных видов деятельности.

Проблема речевой деятельности. Функции речи. Речь как средство познания. Внутренняя и внешняя речь. Восприятие и понимание речи. Вклад Л.С. Выготского, А.Р. Лурия, Н.И. Жинкина и других отечественных психологов в познание психологических механизмов речи. Понятие о психолингвистике, психосемантике и нейролингвистическом программировании. Речь человека в различных видах деятельности. Значение речи для профессиональной деятельности психолога.

Представление как результат прошлого процесса восприятия. Представление и память. Понятие воображения. Место воображения в системе познавательных функций человека. Воображение и образное мышление. Разновидности воображения. Воображение и творчество. Роль воображения в практической деятельности психолога. Значение воображения для эффективного выполнения определённых видов деятельности

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1

Форма практического задания: реферат

Примерные темы для реферата

1. Как соотносится характер теоретической модели мышления и метод его исследования?
2. Какова роль неосознаваемых компонентов в процессе решения задачи?
3. Что позволяет считать значение единицей речевого мышления?
4. Какими методами изучаются категориальные структуры?
5. Виды и механизмы воображения?
6. Развитие мышления и речи в онтогенезе
7. Мышление гетерогенно или иерархично?
8. Теории мышления и методы изучения мыслительных процессов.
9. Уровневые модели интеллекта
10. Особенности развития речи в онтогенезе.
11. Проблема единиц анализа речи
12. Что мы ощущаем, когда что-то ощущаем? - соответствие сенсорного образа стимулу.
13. Восприятие цвета - от сенсорики к личности.
14. Почему мы видим мир, а не сенсорные впечатления?
15. Законы восприятия и законы художественного образа.
16. Модели внимания: что и как регулирует внимание?
17. Как характер теоретической модели памяти влияет на методы ее экспериментального изучения?

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 1: форма рубежного контроля –тестирование

РАЗДЕЛ 2. ПСИХИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА, СОСТОЯНИЯ ЛИЧНОСТИ, ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВАЯ И МОТИВАЦИОННАЯ СФЕРА

Тема 1. Психические свойства и состояния личности

Цель: сформировать систему знаний о сущности, видах, закономерностях функционирования индивидуально-типологических свойств личности, ее психических состояниях.

Перечень изучаемых элементов содержания.

Психология и психофизиология темперамента. Темперамент как совокупность психодинамических свойств человека. История изучения темперамента: вклад Гиппократы,

Галена, И.Канта, И.П. Павлова и др. Концепция темперамента В.С. Мерлина и Я.Стреляу. Значение исследований Б.М.Теплова, В.Д. Небылицина для познания темперамента. Обобщение данных о темпераменте в работах В.Русалова. Методы психодиагностики темперамента. Влияние темперамента психолога на особенности выполнения задач психопрофилактики и психокоррекции.

Двойственность понятия способностей. Способности как пластичность и развиваемость личности. Способности как деятельностный потенциал личности. Разновидности способностей и критерии их классификации. Соотношение интеллекта и способностей. Проблема методов практического раскрытия способностей. Значение теории способностей в профессиологии. Теории способностей. Методы диагностики способностей (Д. Векслер, Р. Амтхауэр, Г. Айзенк и др.). Способности к профессиональной психологической деятельности.

История изучения проблемы характера. Характер человека как основа его стабильности, энергии и индивидуальности. Структура характера. Типы характеров. Э.Фромм о социальных характерах. Методы изучения и оценки характера. Акцентуации характера. Понятие акцентуации личности и характера. Концепция К. Леонгарда. Концепция А.Е. Личко. Типы и разновидности акцентуаций: гипертимность, циклоидность, лабильность, сензитивность, шизоидность, истероидность и др. Психодиагностика акцентуаций. Проявление акцентуаций в условиях профессиональной психологической деятельности.

История изучения психических состояний. Место состояний в системе психических явлений, их соотношение с процессами и свойствами. Факторы, динамизирующие и стабилизирующие психические состояния людей. Психологическая характеристика основных состояний. Критерии их классификации. Структура психического состояния. Проблема центрального звена в структуре психического состояния. Теории психических состояний. Вклад Н.Д. Левитова в познание психических состояний. Психические состояния людей в различных условиях деятельности.

Вопросы для самоподготовки:

1. Охарактеризуйте основные исторические подходы к определению и пониманию темперамента
2. В чем состоят психофизиологические проблемы изучения темперамента?
3. Как соотносятся задатки и способности, способности и деятельность?
4. Предопределяет ли темперамент характер человека?
5. Акцентуации личности и акцентуации характера: история проблемы
6. Как может влиять акцентуации характера на выбор профессиональной деятельности?
7. Дайте психологическую характеристику психических состояний? Каковы возможности их психодиагностики?

Тема 2. Эмоционально-волевая и мотивационная сферы личности

Цель: сформировать систему знаний о сущности, видах, закономерностях функционирования эмоционально-волевой и мотивационной сфер личности

Перечень изучаемых элементов содержания.

Особенности эмоциональной сферы человеческой психики. Понятие об эмоциях и чувствах. Структура эмоционального процесса. Эмоциональные факторы среды. Компоненты эмоции. Эмоциональные действия и отреагирование эмоций. Разновидности эмоций. Критерии их классификации. Основные теории эмоций. Физиологические, психологические и социально-психологические концепции. Теория дифференциальных эмоций К.Изарда; когнитивная теория эмоций Шехтера. Информационная теория эмоций (П.В.Симонов, К.Прибрам и др). Исследование эмоций П.М. Якобсоном, В.К. Вилунасом, Я. Рейковским и другими отечественными и зарубежными авторами. Эмоции и профессиональная деятельность психолога. Соотношение эмоций и чувств. Специфика чувств человека и их отличие от эмоций. Классификация человеческих чувств. Свойства чувств. Характеристика отдельных чувств. Диагностика чувственной сферы человека.

Особенности волевой регуляции психической активности. Волевое усилие и волевое действие. Произвольные психические функции и воля. Волевые процессы и свойства личности.

Воля и эмоции человека. Воля и интеллект человека. Воля и мотивация. Основные теории воли. Исследование психологии воли В.И. Селивановым, В.А. Иванниковым и другими психологами. Проявление волевых качеств личности в различных условиях профессиональной деятельности.

Классификация потребностей. Первичные и вторичные потребности. Потребности и другие мотивационные факторы. Функции потребностей в психической активности человека. Динамика потребностей. Основные теории. Концепция потребностей А.Маслоу. Потребности в понимании Х.Мюррея. Потребности в структуре деятельности человека. Потребности человека и профессиональный выбор.

Мотивы активности людей. Ценности, интересы, нормы как мотивационные образования. Мотивационные процессы и личностные структуры. Типы мотивации. Вклад отечественной психологии в познание мотивации человека. Взгляды С.Л.Рубинштейна, А.Н. Леонтьева, В.С.Мерлина и других психологов. Подход В.К. Вилюнаса к психологическим механизмам мотивации.

Динамическая теория мотивации К.Левина. Концепция мотивации достижения (Дж. Аткинсон). Новейшие психологические теории мотивации. Анализ проблемы мотивации Х. Хекхаузенем. Проблема динамики мотивов профессиональной деятельности психолога.

Вопросы для самоподготовки:

1. Как соотносятся потребность, мотив, смысл в деятельностном подходе?
2. Какие методы изучения мотивации существуют в современной психологии?
3. В чем заключается специфика эмоциональной информации?
4. В чем заключается этап волевого действия – борьба мотивов?
5. Что такое волевое усилие и какова его роль в волевом действии?
6. Каково содержание и назначение стадий эмоциональных состояний: стресс, аффект, горе
7. В чем отличие волевого действия от произвольного?

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2

Форма практического задания: реферат

Примерные темы для реферата

1. Критерии классификации психических состояний.
2. Теории психических состояний. Вклад Н.Д. Левитова в познание психических состояний.
3. Характеристика эмоциональных состояний субъекта (тревога, фрустрация, аффект, гнев, агрессия).
4. Волевые и интеллектуальные состояния субъекта – общее и особенное.
5. Психические состояния людей в различных условиях деятельности.
6. В.Н. Дружинин о креативности.
7. Эволюционная теория эмоций Ч. Дарвина
8. «Периферическая» теория У. Джемса-Г. Ланге
9. Психоаналитические концепции эмоций
10. Фрустрационные теории эмоций
11. Когнитивные теории эмоций и личности
12. Теория эмоций Р. Плучика
13. Теория дифференциальных эмоций (Кэрл Изард)
14. Биологическая теория эмоций П. К. Анохина
15. Информационная теория П.В. Симонова
16. Теория эмоций С.Л. Рубинштейна, А.Н. Леонтьева
17. Понятие о воле. Теории воли
18. Проблема волевых состояний и безвольного поведения
19. Волевые качества личности
20. Развитие воли у человека

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 2: форма рубежного контроля – тестирование

РАЗДЕЛ 3. ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Тема 1 Психологическая характеристика физической культуры (предмет, задачи и методы)

Цель: познакомить студентов с психологической характеристикой физической культуры

Перечень изучаемых элементов содержания

Единство двух культур: физической и психической. Психологическая составляющая и ее значение в общей культуре человека. Понятие о предмете психологии физического воспитания. Психологическая характеристика деятельности в физическом воспитании и ее отличие от спортивной деятельности. Связь психологии физического воспитания с общей психологией и другими отраслями психологии. Связь психологии физического воспитания с теорией и методикой физического воспитания.

Задачи психологической науки в области физического воспитания и массовой физической культуры: формирование потребности в ежедневном выполнении физических упражнений, в физической нагрузке; развитие мотивов, интереса к участию в массовых физкультурных мероприятиях; воспитание ответственности за состояние своего здоровья как общественного достояния и его укрепление средствами физической культуры; разработка психологических основ пропаганды в области массовой физической культуры.

Методы исследования, диагностики и развития в области физической культуры.

Вопросы для самоподготовки:

1. Связь психологии физического воспитания с общей психологией и другими отраслями психологии.
2. Развитие мотивов, интереса к участию в массовых физкультурных мероприятиях.

Тема 2. Психологические основы обучения

Цель: рассмотреть психологические основы обучения

Перечень изучаемых элементов содержания

Концепции обучения и их психологические основания. Соотношение обучения и воспитания. Проблемы дифференциации и индивидуализации обучения.

Учение как разновидность деятельности. Многосторонность определения учения. Основные теории учения в отечественной психологии. Личностно-деятельный подход с позиций ученика и учителя. Оптимизация образовательного процесса с позиции личностно-деятельностного подхода.

Концепция учебной деятельности. Структура учебной деятельности. Понятие учебной задачи, учебной ситуации, контроля и самоконтроля. Четыре стадии проявления самоконтроля П.П. Блонского. Возрастные и индивидуально-психологические особенности формирования учебной деятельности. Особенности учебной деятельности. Определение структуры учебной деятельности. Характеристика компонентов учебной деятельности. Учебные действия. Особенности формирования учебных действий. Возрастные особенности формирования учебной деятельности.

Мотивация как психологическая категория. Учебная мотивация. Формирование и изучение учебной мотивации. Классификация учебных мотивов.

Теории учебной деятельности: Д. Эльконин, В. Давыдов, П. Гальперин, Матюшкин. Методы и приемы обучения. Психологические основы физической, технической и тактической подготовки.

Вопросы для самоподготовки:

1. «Ориентировочная основа деятельности» на уроке физической культуры
2. Особенности использования произвольного внимания учителем физической культуры в работе с младшими школьниками.
3. Способы поддержания устойчивого внимания у школьников на уроке ФК

Тема 3. Психологические основы воспитания

Цель: рассмотреть психологические основы обучения и воспитания

Перечень изучаемых элементов содержания

Общее понятие о воспитании, его отличие от обучения. Основные теории воспитания. Средства и методы воспитания. Принципы воспитания. Основные теории и подходы к воспитанию. Институты воспитания. Показатели и критерии воспитанности школьников.

Физическое воспитание как деятельность и его психологическая характеристика. "Знаемые" и "осознаваемые" мотивы и их роль в физическом воспитании. Структура двигательной деятельности: произвольные действия и произвольные операции мотивы, значения и задача. Ориентирующая, регулирующая и моделирующая функция сознания в физическом воспитании.

Вопросы для самоподготовки:

1. Психологическая характеристика физического воспитания.
2. Структура двигательной деятельности
3. Психологические основы формирования двигательного навыка.

Тема 4. Психологические основы обучения двигательным действиям

Цель: рассмотреть психологические основы обучения двигательным действиям

Перечень изучаемых элементов содержания

Современное представление о психологической структуре двигательного действия. Характеристика навыков по особенностям осознания движений, по характеру исполнения действий. Ориентирующая и регулирующая функции осознания в овладении двигательными действиями.

Психологические основы формирования двигательного навыка. Роль ощущений, восприятий, представлений и мышления в выполнении двигательного действия.

Теория поэтапного формирования умственных действий в применении к процессу овладения двигательными действиями.

Вопросы для самоподготовки:

1. Роль двигательной сенсорной системы в оценке пространственных, временных параметров движений и величины мышечных усилий.
2. Как человек распознает звуки?
3. Особенности деятельности вестибулярной сенсорной системы у глухих?
4. Как осуществляется сознательный контроль движений?

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 3

Форма практического задания: реферат

Примерный перечень тем рефератов

1. Особенности психологической подготовки в спорте.
2. Общая и специальная психологическая подготовка в спорте.
3. Сравнительная характеристика деятельности преподавателя физической культуры и тренера.
4. Психологические особенности спортивного соревнования.
5. Психологические особенности развития двигательных навыков.
6. Специализированные восприятия в спорте.
7. Психологическая характеристика деятельности преподавателя физической культуры.
8. Психология здорового образа жизни.
9. Психологические основы тактической подготовки.
10. Психологическая характеристика физического воспитания.
11. Структура двигательной деятельности
12. Психологические основы формирования двигательного навыка.
13. Роль двигательной сенсорной системы в оценке пространственных, временных параметров движений и величины мышечных усилий.
14. Как человек распознает звуки?
15. Особенности деятельности вестибулярной сенсорной системы у глухих?

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 3: форма рубежного контроля – тестирование

РАЗДЕЛ 4. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ

Тема 1. Психологическая характеристика деятельности и личность учителя физической культуры

Цель: изучить психологическую характеристику деятельности и личности педагога по физической культуре

Перечень изучаемых элементов содержания

Общие психологические особенности деятельности учителя физического воспитания. Мотивы, цели и общие требования к педагогической деятельности и личности. Объективные и субъективные трудности в деятельности учителя физической культуры. Психологическая структура деятельности учителя.

Психологическая структура деятельности учителя физической культуры. Психологические основы педагогического такта. Культура речи, общения с учениками. Психологическая характеристика личности учителя физической культуры и индивидуальный стиль деятельности. Контроль учителем сложившихся в классе взаимных требований и оценок, самооценок и самоутверждения личности в коллективе, психологического соперничества и соревнования, взаимопонимания, готовности к сопереживанию и сочувствию, взаимным внушениям и подражанию. Лидерство и коллективные традиции в классе, их учет в процессе занятий физической культурой в школе.

Вопросы для самоподготовки:

1. Условия деятельности учителя ФК.
2. Профилактика профессионального выгорания.
3. Личностные качества и умения учителя. Стиль преподавания

Тема 2. Психологические особенности учебно-тренировочной деятельности в спорте. Психология спортивного соревнования

Цель: рассмотреть психологические особенности учебно-тренировочной деятельности; изучить психологию спортивного соревнования.

Перечень изучаемых элементов содержания: Общие психологические особенности учебно-тренировочного процесса. Психологические особенности совершенствования двигательных действий в спортивной тренировке. Психические напряжения и перенапряжения в учебно-тренировочном процессе, его признаки. Психологические особенности адаптации спортсмена в условиях учебно-тренировочного процесса. Психологические основы индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки. Соревнование как основной вид спортивной деятельности, как процесс борьбы за достижение высших спортивных результатов. Психологические особенности спортивного соревнования. Цели, задачи, мотивация, борьба за победу, стремление к рекордным достижениям, соперничество, высокая общественная и личная значимость соревнования, проверка собственных способностей и уровня подготовленности. Предсоревновательные, соревновательные и постсоревновательные состояния спортсменов. Оптимизация этих состояний.

Вопросы для самоподготовки:

1. Психические напряжения и перенапряжения в учебно-тренировочном процессе.
2. Диагностика психического перенапряжения.
4. Процесс воспитания в структуре общей психологической подготовки спортсмена.
5. Основные методы воздействия на спортсмена.
6. Признаки состояния психической готовности к соревнованию.
7. Система звеньев психологической подготовки к конкретному соревнованию.
8. Мотивация спортсмена в тренировочном процессе.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 4

Форма практического задания: реферат

Примерный перечень тем рефератов

1. Особенности личности спортсменов в разных видах спортивной деятельности.
2. Педагогическое общение.
3. Психологические особенности личности преподавателя и тренера.
4. Психология малых групп.
5. Лидерство в спорте.
6. Психическая работоспособность.
7. Приемы регуляции психических состояний.
8. Повышение мотивации к занятиям физической культурой.
9. Психическая надежность в спорте.
10. Типологические особенности учащихся и их учёт в физкультурном образовании.
11. Формирование интересов и мотивов к занятиям физическими упражнениями.
12. Формирование потребности в регулярных самостоятельных занятиях ФК и С.
13. Факторы, способствующие повышению активности школьников на уроках физической культуры.
14. Психологические основы самовоспитания.
15. Основные методы воздействия на спортсмена.
16. Признаки состояния психической готовности к соревнованию.
17. Психологические особенности тактической подготовки спортсмена.
18. Психологические особенности технической подготовки спортсмена.
19. Психологическая подготовка спортсмена.
20. Психологические особенности деятельности учителя физической культуры (этапы, условия).
21. Психологические особенности соревновательной деятельности. Характеристика предстартовых состояний.
22. Учёт основных свойств темперамента в физическом воспитании учащихся.
23. Психологические особенности отбора в спорте. Психоспортограмма.
24. . Понятие о психическом напряжении и перенапряжении в учебно-тренировочной деятельности

РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 4: форма рубежного контроля – тестирование

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является **дифференцированный зачет**, который проводится в **устной** форме.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
-----------------	--	---------------------	--

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	Знать: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения, - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - структуру построения занятий, формы и способы планирования; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы	Этап формирования знаний
-------	--	--	--------------------------

		<p>по физической культуре и спорту; - терминологию, классификацию, принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и способы оценки результатов обучения; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;- средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки.</p>	
		<p>Уметь: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение, подбирать методику проведения на занятиях по</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - раскрывать и интерпретировать методiku обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>	
		<p>Владеет опытом: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.	
ОПК – 6.	Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни	ОПК – 6.1. Знает: - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенностей питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах.	Этап формирования знаний
		ОПК-6.2. Умеет: -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности	Этап формирования умений

		<p>физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;- рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих.</p>	
		<p>ОПК-6.3. Имеет опыт: - применения методик оценки физического развития детей и подростков; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; - организации встреч обучающихся с известными спортсменами.</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>
ОПК – 9	<p>Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической</p>	<p>ОПК-9.1. Знает: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - методы оценки</p>	<p>Этап формирования знаний</p>

	<p>подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p>функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля, методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p>	
		<p>ОПК-9.2. Умеет: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики</p>	<p>Этап формирования умений</p>

		<p>психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС.</p>	
		<p>ОПК-9.3. Имеет опыт - проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов,</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС.	
ОПК-10.	Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта	ОПК-10.1. Знает: - основы менеджмента, управления персоналом; - основы эффективных коммуникаций; - методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетними обучающимися, коллегами по работе; - методы консультирования, проведения мастер-классов, круглых столов; - нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи; - методы оценки качества и результативности работы подчиненных; - типичные психологические трудности занимающихся физической культурой и спортом; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией; - основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе; - методики подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.	Этап формирования знаний
		ОПК-10.2. Умеет: - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения; - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами; - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; - предупреждать типичные психологические проблемы	Этап формирования умений

		<p>занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; - вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся; - определять цели и задачи деятельности спортивного актива; - контролировать и направлять работу спортивного актива; - определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта; - оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p>	
		<p>ОПК-10.3. Имеет опыт - определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; - составления плана физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - распределения задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды); - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; - применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися физической культурой и спортом; - анализа эффективности</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.	
--	--	--	--

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
ОПК-1; ОПК-6; ОПК-9; ОПК-10	Этап формирования знаний.	Теоретический блок вопросов. Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал	1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок: (9-10] баллов; 2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения: [8-9) баллов; 3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала: (6-8) баллов; 4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки: [0-6] баллов.

<p>ОПК-1; ОПК-6; ОПК-9; ОПК-10</p>	<p>Этап формирования умений</p>	<p>Аналитическое задание (<i>рефераты, компьютерное тестирование</i>)</p> <p>Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10) баллов;</p> <p>2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов;</p>
<p>ОПК-1; ОПК-6; ОПК-9; ОПК-10</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта.</p>	<p>Аналитическое задание (<i>рефераты, компьютерное тестирование</i>)</p> <p>Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.</p>	<p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов;</p> <p>4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6) баллов.</p>

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Теоретический блок вопросов к дифференцированному зачету:

1. Общее представление о психологии как о науке.
2. Характеристика ощущения как психического процесса. Классификации и свойства ощущений
3. Понятие о восприятии: характеристика, особенности. Виды восприятия.
4. Восприятие пространства, движения и времени
5. Особенности внимания как психического процесса. Внимание и деятельность
6. Виды внимания: произвольное, непроизвольное и послепроизвольное.
7. Свойства внимания.

8. Общее представление о памяти. Виды памяти: память образная, словесно-логическая, эмоциональная и двигательная.
9. Запоминание и воспроизведение как процессы памяти. Мнемические приемы.
10. Общее понятие о мышлении: сущность, особенности. Формы мышления.
11. Мыслительные операции.
12. Виды мышления
13. Воображение: характеристика, особенности. Виды воображения. Механизмы воображения.
14. Эмоции: определение; Функции эмоций. Виды эмоциональных явлений.
15. Эмоциональные состояния: настроение, стресс, аффект, фрустрация, горе.
16. Понятие о способностях: основные подходы к определению способностей. Природные предпосылки способностей
17. Виды способностей. Структура способностей
18. Проблема мотивации в психологии.
19. Функции мотивов. Виды мотивов
20. Понятие воли, ее функции. Волевое действие.
21. Темперамент и характер: взаимовлияние. Характер и личность
22. Типы темперамента.
23. Понятие характера. Формирование характера.
24. Акцентуация характера: понятие, типологии
25. Психологические особенности физической подготовки спортсмена.
26. Мотивы занятий физической культурой и спортом.
27. Основные средства психологической подготовки спортсмена.
28. Психологический климат в спортивном коллективе. Диагностика межличностных отношений.
29. Психологические особенности тактической подготовки спортсмена.
30. Психологические особенности технической подготовки спортсмена.
31. Общие и специальные способности как основные свойства личности учащихся. Понятие о спортивных способностях.
32. Психологическая подготовка спортсмена.
33. Развитие познавательных процессов (ощущение, восприятие, мышление) на занятиях физической культурой и спортом.
34. Психологические особенности деятельности учителя физической культуры (этапы, условия).
35. Психологические особенности соревновательной деятельности. Характеристика предстартовых состояний.
36. Учёт основных свойств темперамента в физическом воспитании учащихся.
37. Психологические особенности отбора в спорте. Психоспортограмма.
38. Сравнительная характеристика деятельности в физическом воспитании и спорте.
39. Психологические особенности учебно-тренировочной деятельности. Понятие о психическом напряжении и перенапряжении.
40. Двигательные умения и навыки. Этапы формирования двигательного навыка.
41. Особенности внимания учащихся на уроках физической культуры.
42. Этапы обучения двигательным навыкам.
43. Личностно-деятельностный подход как основа организации образовательного процесса.
44. Психологические основы обучения. Модели школьного обучения.
45. Учебная деятельность, ее структура. Учебная задача и учебные действия.
46. Понятие контроля и самоконтроля. Стадии проявления самоконтроля (П.П. Блонский).
47. Мотивы учебной деятельности, их классификация.
48. Функции учебных мотивов.
49. Понятие воспитания. Взаимосвязь процессов воспитания и обучения.
50. Основные теории воспитания.
51. Средства и методы воспитания.
52. Педагогическое общение, его структура и функции.

- 53. Стили педагогического общения.
- 54. Барьеры педагогического общения.

Аналитический блок заданий:

Задание 1. Определите, какие виды психических явлений (процессы, свойства и состояния) проявляются в следующих ситуациях:

- а) Школьник сосредоточенно выполняет домашнее задание.
- б) Девушка, придя из кино, с восторгом рассказывает о нем матери.
- в) Начальник строг с подчиненными, грубо обращается с ними, раздражается по любому поводу.
- г) Мальчик очень огорчился, когда узнал, что их класс не идет в поход.
- д) Официант перечисляет посетителю все наименования имеющихся в ассортименте вин.

Задание 2. Из приведенных примеров выберите те, в которых описываются проявления ощущений, и дайте обоснование своего ответа:

- а) в детском саду детям предъявляют несколько пробирок одинаковой формы с растворами разных цветов. Затем показывают раствор синего цвета и просят найти такой же;
- б) учащиеся сосредоточенно выполняют контрольную работу. Неожиданно за окном раздались очень громкие и резкие сигналы автомобиля. Многие перестали писать;
- в) в детском саду проводится игра лото. На карточках изображено десять предметов. Дети должны отыскать у себя на карточке показанное изображение какого-либо предмета;
- г) учитель предлагает учащимся 1 класса сравнить две величины: 5 и 3. Ученик отвечает: «5 не равно 3. 5 больше 3 на 2; 3 меньше 5 на 2».

Задание 3. Какая закономерность ощущений проявляется в каждом примере?

- а) длительно воздействующий неприятный запах перестает ощущаться;
- б) после слабого (близкого к пороговому) раздражения глаза одним цветом, чувствительность глаза к другому, дополнительному, цвету оказывалась в течение долгого времени повышенной;
- в) под воздействием вкуса сахара снижается цветовая чувствительность к оранжево-красным лучам;
- г) Под влиянием некоторых запахов (гераниола, бергамотового масла) наблюдается обострение слуховой чувствительности.

Задание 4. Укажите, в каких примерах говорится о восприятии. По каким признакам вы это установили?

1. Учитель показывает технику выполнения упражнения, а учащиеся наблюдают за ним.
2. Футболист ведёт мяч и выполняет удар по воротам без зрительного контроля мяча.
3. Спринтер, выходя на старт, представил, как он совершит выбегание со старта и пройдёт дистанцию до финиша.
4. Ученики выполняют лазание по канату, а учитель даёт советы и оценивает правильность выполнения.
5. Спортсмен выбегает со старта после выстрела стартового пистолета.

Задание 5. Прочитать два отрывка и ответить на вопросы: «В каком отрывке описаны движения? В каком – действия? Дайте качественную характеристику и движений, и действий. Используя предложенные отрывки, назовите общие и отличительные признаки движений и действий».

- а) «Он (О.Ренуар) постоянно говорил о руках. По ним надо судить о новом знакомце: «Ты видел этого человека..., пока он открывал пачку сигарет? Несомненно, хам.... А та женщина, которая поправляла прядь волос движение указательного пальца... наверняка, славная особа».
- б) «...В пекарном деле, очень нужны умелые руки пекаря. Основными орудиями труда при ручных операциях являются специальные лопата и нож. Люлька с полуфабрикатами ... приближается к пекарю. Он кладет лопату на стол, берет с люльки конвейера лист с заготовками, ловким движением опрокидывает его над лопатой, и все заготовки оказываются на лопате. Быстро и точно пекарь подрезает ножом будущие изделия, берет лопату за рукоятку и поворачивает к печи».

Задание 6. Опираясь на личный спортивный опыт, необходимо письменно ответить на вопросы, приводя конкретные факты.

1. Какие внешние условия деятельности обычно остаются в вашем сознании при выполнении заученного действия?
2. Возникают ли у вас мысли о качестве исполнения двигательного действия? Если да, то о чем конкретно?
3. Назовите опорные пункты, на которые вы фиксируете сознание в целях контроля за правильностью выполнения заученного действия.
4. Какие виды ощущений и восприятий доминируют при самоконтроле заученного действия?
5. Опишите характерные признаки проявления свойственного вам специализированного восприятия.
6. В заключение работы дайте характеристику психологических особенностей двигательных навыков.

Задание 7. Укажите, какие из перечисленных утверждений относятся к общей психологической подготовке спортсменов, а какие к специальной:

1. Оценка и самооценка тренированности.
2. Овладение идеомоторной тренировкой.
3. Воспитание высокой личной ответственности перед коллективом.
4. Формирование уверенности спортсмена в возможности добиться высоких результатов.
5. Овладение приемами саморегуляции.
6. Воспитание волевых качеств спортсмена.
7. Актуализация готовности к максимальным волевым усилиям.
8. Воспитание умения преодолевать все увеличивающиеся трудности.

Задание 8. *О какой важнейшей черте характера тренера говорится в этом отрывке?*

«Ничего не поделаешь. Ребенок подарил тебе свою любовь и свою веру. Он знает, что ты взрослый, сильный, что можешь и его научить быть сильным, быть красивым.

И ты всегда обязан быть достойным этой веры и любви. То, что кажется для тебя несущественной деталью твоего поведения, в его глазах окажется порой драмой потери веры».

Задание 9. *Укажите, какие из перечисленных предложений по регуляции эмоционального состояния вы считаете полезными, а какие нецелесообразными и почему?*

1. Известный голландский конькобежец К. Форкерк рассказывает: «Накануне ответственного соревнования вечером Эдди Ферхейн предложил немного прогуляться вдвоем. Я отказался. Лучше пойду один.

Позже я пожалел об этом, но в тот момент не мог иначе. Очень нервничал. Если бы пошли вместе, может, за разговорами рассеялись бы мои переживания, но я остался один, как всегда, — такая уж моя система подготовки.

Утром я уже чувствовал себя превосходно: встал в отличном настроении и постоянно твердил себе: „Я должен выиграть!“»

2. Он же: «Я считаю, что успех спортсмена на 90 % зависит от него самого.

Умение сконцентрироваться, войти в форму, верить в собственные силы — кому, как не спортсмену самому думать об этом? Но остаются еще 10 % успеха, которые зависят от тех, кто рядом, от ваших спутников (друзья, тренер, психолог, врач)».

3. Л.Латынина (олимпийская чемпионка по гимнастике) вспоминает: «Во время выступления я никогда не смотрю в зал. Я никогда не могу задерживаться взглядом на чьем-то лице, улыбнуться судьбе. Я никого не вижу, никого не могу заметить. Вижу снаряд или ковер и знаю — зритель здесь, в зале. Выступаю я для них — да, конечно. Выступаю я для себя — разумеется. Я перестану соревноваться в тот день, когда пойму, что уже не приношу радости людям и себе. А пока это не так, я готова бороться».

Задание 10. *В чем состояла ошибка тренера?*

«Вначале Жармухамедов на тренировочных играх пробовал спорить с судьями. Чем меньше был авторитет у судьи, тем больше Жармухамедов с ним спорил, не соглашаясь с тем или иным решением. Затем в этих спорах у него начала проскальзывать грубость. Потом он начал пререкаться и с тренером. Пришлось поговорить с игроком в спокойной обстановке один на один.

Я доказал ему, что он не прав. Жармухамедов согласился. Ведь парень он в общем спокойный, умный, трудолюбивый. Но других мер, кроме личной беседы, я, однако, не применил. И вот произошло первое серьезное нарушение. Во время матча в Москве с киевским «Строителем» Жармухамедов получил пятое персональное замечание и, покидая поле, грубо оскорбил арбитра. Это был беспрецедентный случай».

Задание 11. Укажите, в каких примерах говорится о восприятии. По каким признакам вы это установили?

1. Учитель показывает технику выполнения упражнения, а учащиеся наблюдают за ним.
2. Футболист ведёт мяч и выполняет удар по воротам без зрительного контроля мяча.
3. Спринтер, выходя на старт, представил, как он совершит выбегание со старта и пройдёт дистанцию до финиша.
4. Ученики выполняют лазание по канату, а учитель даёт советы и оценивает правильность выполнения.
5. Спортсмен выбегает со старта после выстрела стартового пистолета.

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата/магистратуры/специалитета в Российском государственном социальном университете и Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для зачета с оценкой и системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

Психология физической культуры и спорта: учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина [и др.] ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 531 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01035-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489183>

5.1.2. Дополнительная литература

1. Серова, Л. К. Психология личности спортсмена: учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 124 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07335-5. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492465>

Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте: учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492464>

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) «Психология физической культуры и спорта» предполагает изучение материалов дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров и практических занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программой дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач, ознакомление с правилами техники безопасности при работе в аудитории;
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной учебной программой тематики.

Обработка, обобщение полученных результатов практического занятия проводится обучающимися самостоятельно или под руководством преподавателя (в зависимости от степени сложности поставленных задач). В результате оформляется индивидуальный отчет. Подготовленная к сдаче на контроль и оценку работа сдается преподавателю. Форма отчетности может быть письменная, устная или две одновременно. Главным результатом в данном случае служит получение положительной оценки по каждому практическому занятию. Это является необходимым условием при проведении рубежного контроля и допуска к дифференцированному зачету. При получении неудовлетворительных результатов обучающийся имеет право в

дополнительное время передать преподавателю работу до проведения промежуточной аттестации.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Более подробная информация о самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы по дисциплине (Теория и методика базовых видов спорта модулю)», «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (Теория и методика базовых видов спорта модулю)».

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7
2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic
3. Справочная система Консультант+
4. Okular или Acrobat Reader DC
5. Ark или 7-zip
6. SKY DNS
7. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com

5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/
----	--------------------------------------	--	---

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) *Психология физической культуры и спорта* (Теория и методика базовых видов спорта модуля) в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура* используются:

Учебная аудитория для занятий лекционного типа оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

Учебная аудитория для занятий семинарского типа: оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекторное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть Интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

5.6 Образовательные технологии

При реализации дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) *«Психология физической культуры и спорта (Теория и методика базовых видов спорта модуля)»* применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) *«Психология физической культуры и спорта (Теория и методика базовых видов спорта модуля)»* предусматривает использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий в форме разбора конкретных ситуаций в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития **профессиональных** навыков обучающихся.

При освоении дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) *«Психология физической культуры и спорта (Теория и методика базовых видов спорта о модуля)»* предусмотрено применением электронного обучения.

Учебные часы дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) *«Психология физической культуры и спорта (Теория и методика базовых видов спорта модуля)»* предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках дисциплины (Теория и методика базовых видов спорта модуля) *«Психология физической культуры и спорта (Теория и методика базовых видов спорта модуля)»* **предусмотрены** встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых

связана с *направленностью* реализуемой основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата/магистратуры/специалитета.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1	Утверждена и введена в действие решением Ученого Совета факультета физической культуры на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. №940 и приказом Министерства науки и высшего образования от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные образовательные стандарты высшего образования»	Протокол заседания Ученого совета факультета № 10 от «01» июня 2022 года	01.09.2022



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный социальный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
(наименование факультета)

Махов А.С./
(ФИО)

«03» июня 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Физиология человека (МОДУЛЯ)

Направление подготовки
«Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА
БАКАЛАВРИАТА**

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Физиология человека (модуля)» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата 49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. г. № 940, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы *бакалавриата* по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

- 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;
- 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;
- 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта»;
- 05.010 «Специалист по антидопинговому обеспечению»;
- 05.012 Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»

Рабочая программа учебной дисциплины разработана рабочей группой в составе: канд. биол. наук, доцента Карташев В.П.

Руководитель основной профессиональной образовательной программы к.п.н., доцент

Петрова М. А.

(подпись)

Рабочая программа дисциплины (Блок 1 модуля) обсуждена и утверждена на Ученом совете факультета физической культуры. Протокол № 10 от «01» июня 2022 года
(наименование факультета)

Декан факультета физической культуры, доктор педагогических наук, доцент

Махов Александр Сергеевич

(подпись)

Рабочая программа учебной дисциплины рекомендована к утверждению представителями организаций-работодателей при совместной разработке:

Генеральный директор Национального центра развития технологий социальной поддержки и реабилитации «Доверие», кандидат медицинских наук, доцент

А.Н. Комаров

(подпись)

Рабочая программа учебной дисциплины рецензирована и рекомендована к утверждению:

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и адаптивной физической культуры Шуйского филиала ИвГУ

Е.А. Осокина

(подпись)

Кандидат педагогических наук, доцент факультета физической культуры РГСУ

И.Н. Бакай

(подпись)

Согласовано
Научная библиотека, директор

И.Г. Маляр

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....	4
1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования-программы <i>бакалавриата</i>	4
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций	4
РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....	19
2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работы обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося	19
2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля).....	20
РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	26
3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	26
3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)	29
РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	60
4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....	60
4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	60
4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	67
4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	69
4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	74
РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	75
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..	75
5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля).....	75
5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	76
5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	77
5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)	78
5.6 Образовательные технологии	79
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....	80

РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Целью изучения дисциплины «**Физиология человека**» (Модуль " Блок 1.") сформировать у студентов системные знания о жизнедеятельности целостного организма и его отдельных частей, об основных закономерностях функционирования органов и систем органов и механизмах их регуляции при взаимодействии между собой и с факторами внешней среды, о физиологических основах клинко-физиологических методов исследования, применяемых в функциональной диагностике и при изучении интегративной деятельности человека.

Задачи учебной дисциплины:

- формирование у студентов навыков анализа функций целостного организма с позиции интегральной физиологии, аналитической методологии и основ холистической медицины;
- формирование у студентов системного подхода в понимании физиологических механизмов, лежащих в основе взаимодействия с факторами внешней среды и реализации адаптивных стратегий организма человека, осуществления функционирования организма человека с позиции концепции функциональных систем;
- изучение студентами закономерностей функционирования различных систем организма человека и особенностей межсистемных взаимодействий при выполнении целенаправленной деятельности с позиции учения об адаптации;
- изучение студентами роли высшей нервной деятельности в регуляции физиологических функций организма человека в условиях нормы;
- ознакомление студентов с методами и принципами экспериментального исследования и оценки функционального состояния организма человека, его регуляторных и гомеостатических систем;

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы *бакалавриата*

Дисциплина (модуль) «*Физиология человека (модуля)*» реализуется в *обязательной* части основной образовательной программы по направлению подготовки «49.03.01 *Физическая культура*» очной, заочной формам обучения.

Изучение дисциплины (модуля) «*Физиология человека (модуля)*» базируется на знаниях и умениях, полученных обучающимися ранее в ходе освоения программного материала ряда дисциплин (модулей): «*Биохимия человека (модуля)*», «*История физической культуры и спорта (модуля)*».

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной (модулем):

- *Биомеханика двигательной деятельности*

- *Массаж*

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной

программы высшего образования – программы бакалавриата соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: ОПК-1; ОПК-9; ПК-3 в соответствии с основной профессиональной образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура*.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	Код компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
Планирование	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. - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастано-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать	Знать: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения. - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - химический состав организма человека; - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; -

			<p>высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, обучающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности</p>	<p>физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты</p>
--	--	--	---	--

			<p>занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>	<p>планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой</p>
--	--	--	--	--

			<p>атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p>
			<p>Уметь: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; -</p>

			<p> выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать </p>
--	--	--	--

			<p>поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными
--	--	--	--

			<p>задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>
			<p>Владеть опытом: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста</p>

				<p>учащихся при освоении общеобразовательных программ;</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.
Контроль и анализ	ОПК – 9.	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	ОПК-9.2. - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; - оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями

			<p>факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабиллометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, мионометрии, гониометрии и</p>	<p>жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; -</p>
--	--	--	--	--

			<p>телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся</p> <p>корректирующая проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС.</p>	<p>методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p>
				<p>Уметь: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его</p>

				<p>движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; - оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного</p>
--	--	--	--	---

				<p>процесса и освоении программ общего и профессионального образования;</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабиллометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, мионометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся корректирующая проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности
--	--	--	--	---

			<p>воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС.</p>
			<p>Владеть опытом - проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида</p>

				<p>деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС.</p>
Подготовка спортсменов	ПК – 3.	<p>Способен использовать в процессе спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные мероприятия с учетом специфики вида спорта, возраста и пола обучающихся, в том числе с применением методик спортивного массажа.</p>	<p>ПК-3.2. Проводить с обучающимися тренировки на основе комплекса специальных упражнений, соответствующих специфике вида спорта, с целью развития технической подготовки</p>	<p>Знать: Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на этапах спортивной подготовки, физиологии и гигиены спорта, режимы тренировочной работы, предельные тренировочные нагрузки, объем индивидуальной спортивной подготовки.</p> <p>Уметь: Проводить с обучающимися тренировки на основе комплекса специальных упражнений, соответствующих специфике вида спорта, с целью развития технической подготовки</p> <p>Владеть: проведением с обучающимися тренировок на основе комплекса общеразвивающих и специальных упражнений с использованием различных отягощений и тренажерных устройств, проведением с обучающимися тренировок на основе комплекса специальных упражнений,</p>

				соответствующих специфике вида спорта, с целью развития технической подготовки, подготовкой обучающихся к выполнению нормативов спортивного разряда не ниже кандидата в мастера спорта России, по игровым видам спорта – не ниже первого спортивного разряда, обеспечивать безопасность при проведении занятий по общей физической подготовке на этапах подготовки.
--	--	--	--	---

РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 9 зачетных единиц.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры	
		4	5
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	90	50	40
Учебные занятия лекционного типа	32	16	16
<i>из них: в форме практической подготовки</i>		3	3
Практические занятия	42	26	16
<i>из них: в форме практической подготовки</i>		26	16
Лабораторные занятия	16	8	8
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Иная контактная работа	72	40	32
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			

Самостоятельная работа обучающихся	117	81	36
Контроль промежуточной аттестации	45	9	36
Форма промежуточной аттестации		Диф. зачет	экзамен
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	324	180	144

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 2	Курс 3
		Сессия 3-	Сессия 1-2
Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками	72	40	32
Учебные занятия лекционного типа	12	8	4
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	5	2	3
Практические занятия	14	8	6
<i>из них: в форме практической подготовки</i>	14	8	6
Лабораторные занятия	10	4	6
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Иная контактная работа	36	20	16
<i>из них: в форме практической подготовки</i>			
Самостоятельная работа обучающихся	239	136	103
Контроль промежуточной аттестации	13	4	9
Форма промежуточной аттестации		диф. зачет	экзамен
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ	324	180	144

2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/ практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки	
Модуль 1 (Семестр 4).											
Раздел 1. Физиология высшей нервной деятельности Тема 1. Введение в предмет физиология человека. Общая физиология центральной нервной системы. Частная физиология центральной нервной системы.	20	8	12	2		4	4	2		4	
Тема 2. Общая и частная физиология сенсорных систем. Функции головного мозга. Физиология высшей нервной деятельности (ВНД)	16	6	10	2	3	4	4			4	
Раздел 2. Нервно-мышечная система. Тема 1. Нервно-мышечная система. Произвольные движения	36	18	18	2		6	6	2		8	
Раздел 3. Кровь и её функции. Функции кровообращения.	34	16	18	4		4	4	2		8	
Раздел 4 Функции дыхания, пищеварения, выделения Тема: Функции дыхания. Функции пищеварения. Выделение.	34	16	18	4		4	4	2		8	
Раздел 5. Обмен веществ и энергии. Теплообмен. Железы внутренней секреции.	31	17	14	2		4	4			8	
Контроль промежуточной аттестации (час)	9										
Общий объем, часов по модулю	171	81	90	16		26	26	8		40	
Форма промежуточной аттестации	<i>диф.зачет</i>										

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками							
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа
Модуль 2 (семестр 5).										
Раздел 6. Классификация и характеристика физических упражнений Тема 1. Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений	14	4	10	2		2	2	2		4
Тема 2. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности.	14	6	8	2		2	2			4
Раздел 7. Формирование двигательных навыков. Тема 1. Физиологические основы формирования двигательных навыков.	24	6	18	4		4	4	2		8
Раздел 8 Физиологические основы спортивной тренировки Тема 1. Физиологическое обоснование принципов и планирования тренировки. Физиологические основы спортивной работоспособности в особых условиях внешней среды.	28	10	18	4		4	4	2		8
Раздел 9. Физиологические основы ориентации, отбора, отбора и тренировки юных спортсменов. Тема 1. Физиологические основы спортивной тренировки женщин.	28	10	18	4		4	4	2		8
Контроль промежуточной аттестации (час)	36									
Общий объем, часов по модулю	108	36	72	16	3	16	16	8		32
Форма промежуточной аттестации	<i>экзамен</i>									

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
		Самостоятельная работа	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Общий объем, часов	279	11 7	16 2	32		42		16		72

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов									
	Всего	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
		Самостоятельная работа	Лекционные занятия	из них: в форме практической подготовки	Семинарские/практические занятия	из них: в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	из них: в форме практической подготовки	Иная контактная работа	из них: в форме практической подготовки
Модуль 1 (Курс 2 Сессии 3-4)										
Раздел 1. Физиология высшей нервной деятельности Тема 1. Введение в предмет физиология человека. Общая физиология центральной нервной системы. Частная физиология центральной нервной системы.	18	14	4					2		2
Тема 2. Общая и частная физиология сенсорных систем. Функции	18	14	4		2	2				2

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической		Семинарские/	из них: в форме практической		Лабораторные занятия	из них: в форме практической
головного мозга. Физиология высшей нервной деятельности (ВНД)											
Раздел 2. Нервно-мышечная система. Тема 1. Нервно-мышечная система. Произвольные движения	36	28	8				2	2	2		4
Раздел 3. Кровь и её функции. Функции кровообращения.	36	28	8	2	2	2	2				4
Раздел 4 Функции дыхания, пищеварения, выделения Тема: Функции дыхания. Функции пищеварения. Выделение.	36	26	10	4	3	2	2				4
Раздел 5. Обмен веществ и энергии. Теплообмен. Железы внутренней секреции.	32	26	6	2							4
Форма промежуточной аттестации	<i>диф.зачет</i>										
Общий объем, часов по модулю	176	136	40	8			8	8	4		20
Контроль промежуточной аттестации (час)	4										
Модуль 2 (Курс 3 Сессии 1-2)											
Раздел 6. Классификация и характеристика физических упражнений Тема 1. Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений	18	12	6	2					2		2

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов										
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками								
			Всего	Лекционные занятия	из них: в форме практической	Семинарские/	из них: в форме практической	Лабораторные занятия	из них: в форме практической	Иная контактная работа	из них: в форме практической
Тема 2. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности.	16	12	4				2	2			2
Раздел 7. Формирование двигательных навыков. Тема 1. Физиологические основы формирования двигательных навыков.	34	26	8	2					2		4
Раздел 8 Физиологические основы спортивной тренировки Тема 1. Физиологическое обоснование принципов и планирования тренировки. Физиологические основы спортивной работоспособности в особых условиях внешней среды.	34	26	8				2	2	2		4
Раздел 9. Физиологические основы ориентации, отбора, отбора и тренировки юных спортсменов. Тема 1. Физиологические основы спортивной тренировки женщин.	33	27	6				2	2			4
Форма промежуточной аттестации	<i>экзамен</i>										
Общий объем, часов по модулю	135	103	32	4			6	6	6		16
Контроль промежуточной аттестации (час)	9										
Общий объем, часов	311	239	72	12	5		14	14	10		36

РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Очной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					Форма рубежного текущего контроля
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	
Модуль 1. (Семестр 4)							
Раздел 1. Физиология высшей нервной деятельности	16	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	реферат	2	Контроль ная работа
Раздел 2. Нервно-мышечная система.	16	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	реферат	2	Контроль ная работа
Раздел 3. Кровь и её функции. Функции кровообращения.	16	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	реферат	2	Контроль ная работа
Раздел 4 Функции дыхания, пищеварения, выделения.	16	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	реферат	2	доклад
Раздел 5. Обмен веществ и энергии.	17	8	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	7	реферат	2	доклад
Общий объем, часов	81	40	-	31	-	10	-
Модуль 2. (Семестр 5)							

Раздел 6. Классификация и характеристика физических упражнений	8	4	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	2	реферат	2	Контрольная работа
Раздел 7. Формирование двигательных навыков	8	4	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	2	реферат	2	Контрольная работа
Раздел 8 Физиологические основы спортивной тренировки	10	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	2	реферат	2	доклад
Раздел 9. Физиологические основы ориентации, отбора, и тренировки юных спортсменов.	10	6	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	2	реферат	2	доклад
Общий объем, часов	36	20	-	8	-	8	-
Общий объем по дисциплине, часов	117	60	-	39	-	18	-

Заочной формы обучения

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Модуль 1. Курс 2 (Сессия 3-4)							
Раздел 1. Физиология высшей нервной деятельности	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	реферат	2	Контрольная работа

Раздел 2. Нервно-мышечная система.	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	реферат	2	Контрольная работа
Раздел 3. Кровь и её функции. Функции кровообращения.	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	реферат	2	Контрольная работа
Раздел 4 Функции дыхания, пищеварения, выделения.	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	реферат	2	доклад
Раздел 5. Обмен веществ и энергии.	28	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	12	реферат	2	доклад
Общий объем, часов	136	70	-	56	-	10	-
Модуль 2. Курс 3 (Сессия 1-2)							
Раздел 6. Классификация и характеристика физических упражнений	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	реферат	2	Контрольная работа
Раздел 7. Формирование двигательных навыков	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	реферат	2	Контрольная работа
Раздел 8 Физиологические основы спортивной тренировки	26	14	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	реферат	2	доклад

Раздел 9. Физиологические основы ориентации, отбора, отбора и тренировки юных спортсменов.	25	13	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	10	реферат	2	доклад
Общий объем, часов	103	55	-	40	-	8	-
Общий объем по дисциплине, часов	239	125	-	96	-	18	-

3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)

Модуль 1.

Раздел 1. Физиология высшей нервной деятельности

Тема 1: Введение в предмет физиология человека. Общая физиология центральной нервной системы. Частная физиология центральной нервной системы.

Цель: Формирование у студентов знаний о предмете, физиологических понятиях, функциях, механизмах и общую, частную физиологию центральной нервной системы.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Предмет физиологии и ее связь с другими науками. Разделы физиологии. Методы физиологических исследований. Основные этапы и роль отечественных и зарубежных ученых в развитии физиологии. Двигательная деятельность как необходимое условие развития организма, здорового образа жизни, повышения работоспособности и активного долголетия. Общие физиологические понятия (функция, процесс, обмен веществ и энергии, гомеостаз, адаптация, ритмичность физиологических процессов). Физиология возбудимых тканей (раздражимость, возбудимость и методы её измерения). Гуморальный и нервный механизмы регуляции физиологических функций.

Значение и общие функции центральной нервной системы. Периферическая нервная система. Функциональная организация центральной нервной системы и ее развитие в процессе эволюции и онтогенеза. Рефлекторный механизм деятельности центральной нервной системы — рефлекс, рефлекторная дуга, обратная связь (рефлекторное кольцо). Виды рефлексов. Методы исследования функций центральной нервной системы.

Нейрон как структурно-функциональная единица центральной нервной системы. Общая характеристика функций нейронов (восприятие, переработка и передача информации). Разновидности нейронов - афферентные, промежуточные и эфферентные. Глиальные клетки и их функции. Мембранные потенциалы нервной клетки (потенциал покоя и потенциал действия), механизм их возникновения. Изменение возбудимости в течение одиночного цикла возбуждения.

Синапс, его строение и механизм проведения возбуждения через нервно-мышечный синапс. Возбуждающие и тормозные синапсы, их роль в возникновении импульсного ответа нейрона. Механизм проведения импульсов по нервному волокну. Роль нервных импульсов в передаче информации. Механизм проведения импульса по нервному волокну (локальные токи) и законы проведения возбуждения по нервному волокну.

Понятие о нервном центре. Особенности проведения возбуждения через нервные центры (одностороннее проведение, замедленное проведение, суммация возбуждения, трансформация и усвоение ритма, спонтанная активность, следовые процессы). Время рефлекса и его составляющие.

Координация деятельности центральной нервной системы. Открытие торможения в центральной нервной системе И. М. Сеченовым. Координационная и охранительная роль процесса торможения. Формы проявления и виды торможения. Тормозные нейроны и медиаторы. Виды торможения: пресинаптическое и постсинаптическое торможение, возвратное торможение. Распространение и взаимодействие импульсов в центральной нервной системе. Основные принципы координации рефлекторной деятельности: субординация нервных центров, иррадиация и концентрация возбуждения, реципрокные взаимоотношения, общий конечный путь (Ч. Шеррингтон), принципы доминанты (А. А. Ухтомский) и обратной афферентации. Значение синхронизации биоэлектрической активности для системной деятельности головного мозга.

Функциональная организация спинного мозга. Роль спинальных центров в регуляции движений и висцеральных функций. Функции продолговатого мозга, его роль в моторных и вегетативных реакциях. Средний мозг и его функции, его роль в реализации познотонических и ориентировочных рефлексов. Промежуточный мозг: таламус и его функциональная организация, гипоталамус как высший подкорковый центр регуляции вегетативных функций. Сетевидное образование (ретикулярная формация) ствола мозга, его восходящие и нисходящие активирующие и тормозные влияния. Лимбическая система мозга, особенности структурно-функциональной организации и её функции. Функции мозжечка и его роль в регуляции двигательных и висцеральных функций. Функции подкорковых ядер (полосатое тело и бледное ядро).

Кора больших полушарий головного мозга как высший отдел центральной нервной системы. Структурно-функциональные единицы коры - вертикальные колонки нейронов. Динамическая локализация функций в коре. Биоэлектрическая активность головного мозга, электроэнцефалограмма. Три функциональных блока мозга: 1) блок регуляции тонуса и бодрствования; 2) блок приема, переработки и хранения информации; 3) блок программирования, регулирования и контроля поведенческой деятельности человека.

Вегетативная (автономная) нервная система, ее роль в регуляции вегетативных функций и поддержании постоянства внутренней среды организма (гомеостаза). Функциональная организация и функции симпатического и парасимпатического отделов вегетативной нервной системы. Учение Л.А. Орбели об адаптационно-трофической функции вегетативной нервной системы. Вегетативные рефлексы, их роль в обеспечении мышечной работы. Регуляция вегетативных функций организма.

Вопросы для самоподготовки:

1. Предмет физиологии и ее связь с другими науками.
2. Методы физиологических исследований.
3. Роль отечественных и зарубежных ученых в развитии физиологии.
4. Общие физиологические понятия (функция, процесс, обмен веществ и энергии, гомеостаз, адаптация, ритмичность физиологических процессов).
5. Физиология возбудимых тканей (раздражимость, возбудимость и методы её измерения).
6. Гуморальный и нервный механизмы регуляции физиологических функций.
7. Рефлекторный механизм деятельности центральной нервной системы — рефлекс, рефлекторная дуга, обратная связь (рефлекторное кольцо).
8. Общая характеристика функций нейронов (восприятие, переработка и передача информации).
9. Мембранные потенциалы нервной клетки (потенциал покоя и потенциал действия), механизм их возникновения.
10. Изменение возбудимости в течение одиночного цикла возбуждения.
11. Синапс, его строение и механизм проведения возбуждения через нервно-мышечный синапс.

12. Возбуждающие и тормозные синапсы, их роль в возникновении импульсного ответа нейрона.
13. Механизм проведения импульсов по нервному волокну.
14. Механизм проведения импульса по нервному волокну (локальные токи) и законы проведения возбуждения по нервному волокну.
15. Понятие о нервном центре.
16. Особенности проведения возбуждения через нервные центры (одностороннее проведение, замедленное проведение, суммация возбуждения, трансформация и усвоение ритма, спонтанная активность, следовые процессы).
17. Время рефлекса и его составляющие.
18. Координация деятельности центральной нервной системы.
19. Тормозные нейроны и медиаторы.
20. Виды торможения: пресинаптическое и постсинаптическое торможение, возвратное торможение.
21. Распространение и взаимодействие импульсов в центральной нервной системе.
22. Основные принципы координации рефлекторной деятельности: субординация нервных центров, иррадиация и концентрация возбуждения, реципрокные взаимоотношения, общий конечный путь (Ч. Шеррингтон), принципы доминанты (А. А. Ухтомский) и обратной афферентации.
23. Функциональная организация спинного мозга.
24. Функции продолговатого мозга, его роль в моторных и вегетативных реакциях.
25. Средний мозг и его функции.
26. Промежуточный мозг: таламус и его функциональная организация, гипоталамус как высший подкорковый центр регуляции вегетативных функций.
27. Сетевидное образование (ретикулярная формация) ствола мозга, его восходящие и нисходящие активирующие и тормозные влияния.
28. Лимбическая система мозга, особенности структурно-функциональной организации и её функции.
29. Функции мозжечка и его роль в регуляции двигательных и висцеральных функций.
30. Кора больших полушарий головного мозга как высший отдел центральной нервной системы.

Тема 2: *Общая и частная физиология сенсорных систем. Функции головного мозга. Физиология высшей нервной деятельности (ВНД).*

Цель: Формирование у студентов знаний в области общей и частной физиологии сенсорных систем, её свойства, функции и механизмы взаимосвязи с другими системами организма в целом, изучить функции головного мозга, его свойства и механизмы взаимосвязи с другими системами организма в целом.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Общие закономерности деятельности сенсорных систем (анализаторов). Учение И. П. Павлова об анализаторах. Биологическое значение и основные функции сенсорных систем. Классификация и механизм возбуждения рецепторов. Основные способы передачи информации. Чувствительность рецепторов, абсолютные и дифференциальные пороги. Адаптация рецепторов. Кортикальный уровень сенсорных систем.

Зрительная сенсорная система. Периферический и центральный отделы. Оптическая и воспринимающая система глаза. Рецепторы, механизм восприятия и передачи зрительной информации в кору головного мозга. Основные функциональные показатели зрительной сенсорной системы. Поле зрения, острота зрения и глубинное зрение. Цветовое зрение. Зрительная память, поисковая функция глаза. Темновая и световая адаптация. Роль зрительной сенсорной системы в управлении движениями.

Слуховая сенсорная система. Функции структур наружного, среднего и внутреннего уха. Фонаорецепторы, механизм восприятия и передачи звуковой информации. Слуховые пороги, частотный диапазон восприятия звуков. Бинауральный слух и определение направленности звука. Воздушная и костная проводимость звука. Восприятие речи. Слуховая память. Значение слуховой сенсорной системы при занятиях спортом.

Вестибулярная сенсорная система. Периферический отдел (строение и функция костного и перепончатого лабиринтов). Вестибулярные рецепторы, механизм восприятия положения и перемещения тела в пространстве. Вестибулярные рефлексы, вестибулярная устойчивость. Значение вестибулярной сенсорной системы в управлении движениями.

Двигательная сенсорная система. Проприорецепторы двигательной сенсорной системы, механизм восприятия и передачи информации в центральной нервной системе. Кортикальный уровень двигательной сенсорной системы и роль обратной афферентации в управлении движениями. Роль двигательной сенсорной системы в оценке пространственных, временных параметров движений и величины мышечных усилий.

Понятие о висцеральной, болевой, тактильной, обонятельной и вкусовой сенсорных системах. Взаимодействие различных сенсорных систем при физических упражнениях.

Определение понятия высшая нервная деятельность. Роль И.М. Сеченова в формировании представлений о природе произвольных движений и психики. Учение И. П. Павлова об условных рефлексах как основе высшей нервной деятельности.

Условные и безусловные рефлексы, их характеристика. Приспособительное значение условных рефлексов и механизм их образования. Условные рефлексы высших порядков. Условные рефлексы первого (сенсорные) и второго рода (оперантные). Физиологические механизмы фиксации условных рефлексов. Память, ее виды и нейрофизиологические механизмы. Торможение условных рефлексов. Динамический стереотип. Обучение и поведение как формы приспособления к окружающей среде. Типы высшей нервной деятельности. Первая и вторая сигнальные системы.

Физиологические механизмы мотиваций и эмоций. Информационная теория эмоций. Функциональная организация сложных форм деятельности человека. Понятие о функциональной системе (П.К. Анохин) как принципе работы мозга. Функциональные асимметрии человека, их определение и значение для осуществления двигательной деятельности спортсмена. Физиология сна. Быстрый и медленный сон, их значение для организма. Физиологические механизмы восприятия и внимания.

Мышление и его механизмы. Нейрофизиологические механизмы кодирования мыслительной деятельности (Н.П. Бехтерева). Значение подражания, запечатления (импринтинг) и условных рефлексов для обучения. Высшие формы творческих функций мозга. Сознание и его нейрофизиологические механизмы.

Вопросы для самоподготовки:

1. Общие закономерности деятельности сенсорных систем (анализаторов).
2. Классификация и механизм возбуждения рецепторов.
3. Основные способы передачи информации.
4. Чувствительность рецепторов, абсолютные и дифференциальные пороги. Адаптация рецепторов.
5. Зрительная сенсорная система. Периферический и центральный отделы.
6. Оптическая и воспринимающая система глаза. Рецепторы, механизм восприятия и передачи зрительной информации в кору головного мозга.

7. Основные функциональные показатели зрительной сенсорной системы. Поле зрения, острота зрения и глубинное зрение. Цветовое зрение. Зрительная память, поисковая функция глаза. Темновая и световая адаптация.
8. Понятие о висцеральной, болевой, тактильной, обонятельной и вкусовой сенсорных системах.
9. Слуховая сенсорная система. Функции структур наружного, среднего и внутреннего уха.
10. Фонорецепторы, механизм восприятия и передачи звуковой информации.
11. Слуховые пороги, частотный диапазон восприятия звуков.
12. Вестибулярная сенсорная система. Периферический отдел (строение и функция костного и перепончатого лабиринтов).
13. Вестибулярные рецепторы, механизм восприятия положения и перемещения тела в пространстве.
14. Двигательная сенсорная система. Проприорецепторы двигательной сенсорной системы, механизм восприятия и передачи информации в центральной нервной системе.
15. Кортикальный уровень двигательной сенсорной системы и роль обратной афферентации в управлении движениями.
16. Условные и безусловные рефлексы, их характеристика.
17. Физиологические механизмы фиксации условных рефлексов.
18. Память ее виды и нейрофизиологические механизмы
19. Торможение условных рефлексов
20. Динамический стереотип
21. Типы высшей нервной деятельности. Первая и вторая сигнальные системы
22. Физиологические механизмы мотиваций и эмоций. Информационная теория эмоций.
23. Функциональная организация сложных форм деятельности человека.
24. Функциональные асимметрии человека, их определение и значение для осуществления двигательной деятельности спортсмена.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1

Примерные темы рефератов:

1. Предмет физиологии и ее связь с другими науками.
2. Методы физиологических исследований.
3. Роль отечественных и зарубежных ученых в развитии физиологии.
4. Общие физиологические понятия (функция, процесс, обмен веществ и энергии, гомеостаз, адаптация, ритмичность физиологических процессов).
5. Физиология возбудимых тканей (раздражимость, возбудимость и методы её измерения).
6. Гуморальный и нервный механизмы регуляции физиологических функций.
7. Рефлекторный механизм деятельности центральной нервной системы — рефлекс, рефлекторная дуга, обратная связь (рефлекторное кольцо).
8. Общая характеристика функций нейронов (восприятие, переработка и передача информации).
9. Мембранные потенциалы нервной клетки (потенциал покоя и потенциал действия), механизм их возникновения.
10. Изменение возбудимости в течение одиночного цикла возбуждения.
11. Синапс, его строение и механизм проведения возбуждения через нервно-мышечный синапс.
12. Возбуждающие и тормозные синапсы, их роль в возникновении импульсного ответа нейрона.
13. Механизм проведения импульсов по нервному волокну.
14. Механизм проведения импульса по нервному волокну (локальные токи) и законы проведения возбуждения по нервному волокну.
15. Понятие о нервном центре.
16. Особенности проведения возбуждения через нервные центры (одностороннее проведение, замедленное проведение, суммация возбуждения, трансформация и усвоение ритма, спонтанная активность, следовые процессы).

17. Время рефлекса и его составляющие.
18. Координация деятельности центральной нервной системы.
19. Тормозные нейроны и медиаторы.
20. Виды торможения: пресинаптическое и постсинаптическое торможение, возвратное торможение.
21. Распространение и взаимодействие импульсов в центральной нервной системе.
22. Основные принципы координации рефлекторной деятельности: субординация нервных центров, иррадиация и концентрация возбуждения, реципрокные взаимоотношения, общий конечный путь (Ч. Шеррингтон), принципы доминанты (А. А. Ухтомский) и обратной афферентации.
23. Функциональная организация спинного мозга.
24. Функции продолговатого мозга, его роль в моторных и вегетативных реакциях.
25. Средний мозг и его функции.
26. Промежуточный мозг: таламус и его функциональная организация, гипоталамус как высший подкорковый центр регуляции вегетативных функций.
27. Сетевидное образование (ретикулярная формация) ствола мозга, его восходящие и нисходящие активирующие и тормозные влияния.
28. Лимбическая система мозга, особенности структурно-функциональной организации и её функции.
29. Функции мозжечка и его роль в регуляции двигательных и висцеральных функций.
30. Кора больших полушарий головного мозга как высший отдел центральной нервной системы.

Рубежный контроль раздела 1

форма рубежного контроля – контрольная работа

Раздел.2. Нервно-мышечная система.

Тема 1: *Нервно-мышечная система. Произвольные движения*

Цель: Формирование у студентов знаний в области физиологии нервно-мышечной системы и произвольные движения, её свойства, функции, механизмы взаимосвязи с другими системами организма в целом. (ОПК-4, ПК-11)

Перечень изучаемых элементов содержания:

Понятие о нервно-мышечном аппарате. Двигательные единицы (ДЕ) - основные морфофункциональные элементы нервно-мышечной системы. Типы и функциональные свойства ДЕ. Мышечные волокна, их типы (медленные и быстрые). Передача возбуждения в нервно-мышечном синапсе. Механизм сокращения и расслабления мышечного волокна. Химизм и энергетика мышечного сокращения. Регуляция силы сокращения мышцы (число активных ДЕ, частота импульсации мотонейронов, связь сокращения мышечных волокон отдельных ДЕ во времени).

Зависимость функциональных свойств мышцы от композиции (состава входящих в нее ДЕ). Способы оценки композиции мышц. Влияние состава ДЕ на силовые, скоростные характеристики мышц и выносливость. Включение различных типов ДЕ при разных режимах сокращения мышц. Биоэлектрические явления в мышце при её сокращении (интерференционная электромиограмма). Нейрофизиологические механизмы тонуса скелетных мышц. Возбудимость нервно-мышечного аппарата (хронаксия и реобаза).

Одиночный и тетанический режимы мышечного сокращения. Изометрический, изотонический и ауксотонический режимы сокращения. Статический и динамический типы работы мышц. Концентрическая и эксцентрическая формы динамической работы. Исходная длина и величина напряжения, развиваемого скелетной мышцей. Зависимость между силой и скоростью

сокращения мышцы. Кровоснабжение мышц, сокращающихся в различных режимах. Функциональные свойства гладких мышц, особенности их метаболизма.

Произвольные и непроизвольные движения. Основные принципы организации произвольных движений. Рефлекторная природа двигательных актов. Многоуровневый характер регуляции движений. Функциональная система управления движениями. Автоматизация движений и её механизмы. Роль обратных связей в управлении движениями. Речевая регуляция движений.

Поза тела и её значение в двигательной деятельности человека. Роль спинного мозга, различных отделов ствола мозга и подкорковых ядер в регуляции тонуса скелетных мышц и позы тела. Гамма-регуляция мышечного тонуса. Установочные рефлекссы.

Роль различных отделов центральной нервной системы в регуляции движений. Спинальные двигательные системы (реципрокная иннервация мышц-антагонистов, сгибательный, перекрестный и шагательный рефлекссы). Двигательные функции ствола мозга и роль мозжечка в регуляции движений. Нисходящие моторные системы, корковый контроль афферентных влияний, спинальных рефлекссов и активности мотонейронов спинного мозга. Роль парной деятельности и доминирования полушарий в управлении движениями. Использование сенсорных коррекций и срочной информации при обучении движениям.

Вопросы для самоподготовки:

1. Понятие о нервно-мышечном аппарате.
 2. Двигательные единицы (ДЕ) - основные морфофункциональные элементы нервно-мышечной системы.
 3. Типы и функциональные свойства ДЕ.
 4. Мышечные волокна, их типы (медленные и быстрые). Передача возбуждения в нервно-мышечном синапсе.
 5. Механизм сокращения и расслабления мышечного волокна.
 6. Химизм и энергетика мышечного сокращения.
 7. Регуляция силы сокращения мышцы (число активных ДЕ, частота импульсации мотонейронов, связь сокращения мышечных волокон отдельных ДЕ во времени).
 8. Зависимость функциональных свойств мышцы от композиции (состава входящих в нее ДЕ).
 9. Нейрофизиологические механизмы тонуса скелетных мышц.
 10. Возбудимость нервно-мышечного аппарата (хронаксия и реобаза).
 11. Одиночный и тетанический режимы мышечного сокращения.
 12. Изометрический, изотонический и ауксотонический режимы сокращения.
 13. Статический и динамический типы работы мышц.
 14. Концентрическая и эксцентрическая формы динамической работы.
 15. Исходная длина и величина напряжения, развиваемого скелетной мышцей.
 16. Зависимость между силой и скоростью сокращения мышцы.
 17. Кровоснабжение мышц, сокращающихся в различных режимах.
1. Произвольные и непроизвольные движения.
 2. Основные принципы организации произвольных движений.
 3. Многоуровневый характер регуляции движений.
 4. Автоматизация движений и её механизмы.
 5. Роль обратных связей в управлении движениями.
 6. Двигательные функции ствола мозга и роль мозжечка в регуляции движений.
 7. Нисходящие моторные системы, корковый контроль афферентных влияний, спинальных рефлекссов и активности мотонейронов спинного мозга.
 8. Роль парной деятельности и доминирования полушарий в управлении движениями.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2

Примерные темы рефератов:

1. Функциональные особенности и свойства сердечной мышцы (автоматия, возбудимость, проводимость и сократимость).
2. Автоматия и проводящая система сердца.
3. Электрические явления в сердце. Электрокардиограмма (ЭКГ).
4. Сократительная деятельность сердца. Закон «все или ничего».
5. Метаболизм и кровоснабжения сердца.
6. Фазовая структура сердечного цикла.
7. Показатели деятельности сердца.
8. Зависимость изменений УОК и МОК от мощности мышечной работы.
9. Особенности изменений УОК и МОК при статической работе.
10. Внутри и внесердечные (нервные и гуморальные) механизмы регуляции работы сердца в покое и при работе.
11. Функциональная организация сосудистой системы.
12. Функции артериальных и венозных сосудов.
13. Гемодинамика. Биофизические основы гемодинамики.
14. Артериальное давление (АД) и факторы, его определяющие, сосудистое сопротивление кровотоку.

Рубежный контроль раздела 2:

форма рубежного контроля – контрольная работа

Раздел 3: Кровь и её функции. Функции кровообращения.

Цель: Формирование у студентов знаний в области физиологии крови и её свойства, функции и механизмы взаимосвязи с другими системами организма в целом. Знать общую морфофункциональную характеристику системы кровообращения и её роль в поддержании жизнедеятельности организма;

Перечень изучаемых элементов содержания:

Понятие о системе крови. Кроветворение. Состав и объем крови. Функции крови: транспортная, дыхательная, питательная, терморегуляторная, поддержание водно-солевого баланса и кислотно-основного состояния (КОС), выделительная, защитная и регуляторная.

Форменные элементы крови: эритроциты, лейкоциты, тромбоциты, их строение и функции. Гемоглобин и гематокрит крови. Осмотическая устойчивость эритроцитов. Лейкоцитарная формула. Физиологический лейкоцитоз. Скорость оседания эритроцитов. Физико-химические свойства плазмы крови: удельный вес, гематокрит, осмотическое давление, КОС, буферные системы крови, коллоидные и суспензионные свойства, вязкость. Группы крови. Резус-фактор. Свертывание крови. Нервная и гуморальная регуляция системы крови.

Изменения крови при мышечной деятельности: истинный и ложный эритроцитоз, эритропения, миогенный лейкоцитоз и его фазы, миогенный тромбоцитоз. Изменение показателей периферической крови при различных функциональных состояниях. Лимфа как внутренняя среда организма: количество, состав, основные свойства и функции, лимфообразование.

Функциональная организация сердечно-сосудистой системы. Основные функции системы кровообращения. Физиологическое значение кругов кровообращения.

Сердце. Функциональные особенности и свойства сердечной мышцы (автоматия, возбудимость, проводимость и сократимость). Автоматия и проводящая система сердца. Электрические явления в сердце. Электрокардиограмма (ЭКГ). Сократительная деятельность сердца. Закон «все или ничего». Метаболизм и кровоснабжения сердца. Фазовая структура сердечного цикла.

Показатели деятельности сердца. Зависимость частоты сердечных сокращений (ЧСС) от мощности циклической работы, величины и продолжительности статических усилий, объема активной мышечной массы. Систолический (ударный) объем крови (УОК), минутный объем крови (МОК) объем циркулирующей и депонированной крови. Зависимость изменений УОК и МОК от мощности мышечной работы. Особенности изменений УОК и МОК при статической работе. Влияние на ЧСС, УОК и МОК положения тела в пространстве. Внутри и внесердечные (нервные и гуморальные) механизмы регуляции работы сердца в покое и при работе.

Функциональная организация сосудистой системы. Функции артериальных и венозных сосудов. Гемодинамика. Биофизические основы гемодинамики. Артериальное давление (АД) и факторы, его определяющие, сосудистое сопротивление кровотоку. Объемная и линейная скорости кровотока. Движение крови по артериям и венам, факторы его определяющие. Микроциркуляция. Капилляры и их типы. Обмен газов, жидкости и веществ через стенку капилляров.

Тонус сосудов и механизмы его регуляции. Физиологические и биофизические механизмы регуляции движения крови по сосудам. Механизмы местной, нервной и гуморальной регуляции деятельности различных звеньев сердечно-сосудистой системы. Физиологические механизмы кровоснабжения скелетных мышц и других органов и тканей.

Основные показатели гемодинамики при мышечной работе. Рабочая гиперемия и ее механизмы. Факторы, определяющие величину кровоснабжения активных мышц. Кровоснабжение скелетных мышц при динамической работе и статических усилиях. Перераспределение кровотока при мышечной работе.

Особенности регуляции кровообращения при мышечной работе. Механизмы регуляции лимфообращения в покое и мышечной деятельности.

Вопросы для самоподготовки:

1. Понятие о системе крови.
2. Состав и объем крови.
3. Функции крови: транспортная, дыхательная, питательная, терморегуляторная, поддержание водно-солевого баланса и кислотно-основного состояния (КОС), выделительная, защитная и регуляторная.
4. Форменные элементы крови: эритроциты, лейкоциты, тромбоциты, их строение и функции.
5. Гемоглобин и гематокрит крови. Осмотическая устойчивость эритроцитов.
6. Лейкоцитарная формула. Физиологический лейкоцитоз.
7. Скорость оседания эритроцитов.

8. Физико-химические свойства плазмы крови: удельный вес, гематокрит, осмотическое давление, КОС, буферные системы крови, коллоидные и суспензионные свойства, вязкость.

9. Свертывание крови.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 3

Примерные темы рефератов:

1. Нервная и гуморальная регуляция системы крови.
2. Изменения крови при мышечной деятельности: истинный и ложный эритроцитоз, эритропения, миогенный лейкоцитоз и его фазы, миогенный тромбоцитоз.
3. Изменение показателей периферической крови при различных функциональных.
4. Группы крови. Резус-фактор.
5. Физиологические механизмы изменения в системе крови при мышечной работе разной мощности.
6. Функциональная организация сердечно-сосудистой системы.
7. Основные функции системы кровообращения.
8. Физиологическое значение кругов кровообращения.
9. Функциональные особенности и свойства сердечной мышцы (автоматия, возбудимость, проводимость и сократимость).
10. Автоматия и проводящая система сердца.

Раздел 4: *Функции дыхательной, пищеварительной, выделительной систем.*

Цель: Знать физиологические механизмы дыхательной, пищеварительной и выделительной системы организма, их этапы.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Дыхание и его функции. Этапы газообмена в организме. Вентиляция легких. Механизм вдоха и выдоха. Дыхательный цикл и его изменения (гиперпноное, тахипное, полипноное, диспноное). Легочные объемы и емкости. Должные и фактические величины. Легочная вентиляция и её компоненты в условиях покоя и при мышечной работе у людей различного уровня физической подготовленности. Функциональное «мертвое» пространство. Альвеолярная вентиляция. Кислородная стоимость (работа) дыхания.

Газообмен в легких. Газовый состав атмосферного, альвеолярного и выдыхаемого воздуха. Величины парциального давления газов в легких и напряжения газов в артериальной, венозной крови и тканях. Диффузия как механизм обмена газов в легких и тканях. Диффузионная способность легких для кислорода и углекислого газа.

Транспорт кислорода кровью. Кислородная емкость крови. Оксигемоглобин и факторы, определяющие скорость его диссоциации. Понятие о сдвиге кривой диссоциации оксигемоглобина вправо (эффект Бора). Артериально-венозная разность по кислороду, коэффициент использования кислорода. Транспорт CO₂ кровью. Роль карбоангидразы; факторы, влияющие на выделение CO₂.

Регуляция дыхания. Понятие о газовом гомеостазе организма. Типы регуляции дыхания. Дыхательный центр и его отделы (И.М. Сеченов, Н.А. Миславский). Регуляция деятельности дыхательного центра. Функции Периферических (артериальных) и центральных (медуллярных) хеморецепторов. Влияние на дыхательный центр с механорецепторов работающих мышц и

периферических рецепторов. Роль коры больших полушарий головного мозга в регуляции дыхания. Произвольная регуляция дыхания. Рефлексы саморегуляции дыхания. Особенности механизмов регуляции дыхания при мышечной работе.

Общая характеристика основных пищеварительных процессов. Работы И. П. Павлова и его школы в исследовании физиологии пищеварения. Методы исследования функций желудочно-кишечного тракта. Пищеварение в различных отделах пищеварительного тракта: в полости рта, желудке, 12-перстной кишке, тонком и толстом кишечнике Состав и свойства пищеварительных соков, их основные ферменты. Полостное и пристеночное пищеварение.

Секреторная, моторная и гормональная функции желудочно-кишечного тракта. Роль поджелудочной железы и печени в пищеварении. Всасывание продуктов переваривания пищи. Регуляция пищеварения в различных отделах желудочно-кишечного тракта. Влияние мышечной деятельности на пищеварение.

Общая характеристика выделительных процессов. Выделительная функция кожи (потовые и сальные железы), легких и желудочно-кишечного тракта. Основные функции почек и методы их исследования. Нефрон как структурно-функциональная единица почек. Особенности кровообращения в почках. Юкстамедуллярные нефроны. Процесс мочеобразования: клубочковая фильтрация, канальцевая реабсорбция и секреция. Регуляция мочеобразования. Количество, состав и свойства мочи. Мочевыведение и мочеиспускание. Влияние мышечной деятельности на функции выделения.

Вопросы для самоподготовки:

1. Дыхание и его функции. Этапы газообмена в организме.
2. Вентиляция легких. Механизм вдоха и выдоха.
3. Дыхательный цикл и его изменения (гиперпноное, тахипноное, полипноное, диспноное). Легочные объемы и емкости.
4. Должные и фактические величины.
5. Газообмен в легких.
6. Транспорт кислорода кровью.
7. Кислородная емкость крови.
8. Оксигемоглобин и факторы, определяющие скорость его диссоциации.
9. Понятие о сдвиге кривой диссоциации оксигемоглобина вправо (эффект Бора).
10. Транспорт CO₂ кровью.
11. Общая характеристика основных пищеварительных процессов.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 4

Примерные темы рефератов:

1. Работы И. П. Павлова и его школы в исследовании физиологии пищеварения.
2. Методы исследования функций желудочно-кишечного тракта.
3. Пищеварение в различных отделах пищеварительного тракта: в полости рта, желудке, 12-перстной кишке, тонком и толстом кишечнике
4. Состав и свойства пищеварительных соков, их основные ферменты.
5. Секреторная, моторная и гормональная функции желудочно-кишечного тракта.
6. Роль поджелудочной железы и печени в пищеварении.
7. Всасывание продуктов переваривания пищи.
8. Регуляция пищеварения в различных отделах желудочно-кишечного тракта.

9. Общая характеристика выделительных процессов.
10. Выделительная функция кожи (потовые и сальные железы), легких и желудочно-кишечного тракта.
11. Основные функции почек и методы их исследования.
12. Нефрон как структурно-функциональная единица почек. Особенности кровообращения в почках.
13. Регуляция мочеобразования. Количество, состав и свойства мочи.
14. Мочевыведение и мочеиспускание. Влияние мышечной деятельности на функции выделения.

Рубежный контроль раздела 4.:

форма рубежного контроля – доклад

Темы докладов к разделу:

1. Взаимосвязь обмена веществ и энергии. Ассимиляция и диссимиляция, анаболизм и катаболизм.
2. Роль белков в организме. Азотистый баланс. Пластическое обеспечение функций. Белковый обмен во время мышечной работы и восстановления. Регуляция белкового обмена.
3. Роль жиров в организме. Особенности превращения жиров в организме.
4. Мобилизация и использование свободных жирных кислот в энергообеспечении работы мышц. Регуляция жирового обмена.
5. Роль углеводов в организме. Особенности превращения жиров в организме.
6. Регуляция уровня глюкозы в крови и регуляция углеводного обмена. Углеводный обмен при мышечной работе.
7. Температурный гомеостаз и тепловой баланс организма.
8. Механизмы теплопродукции (химическая терморегуляция).
9. Теплоизлучение, теплопроводение, конвекция и испарение.
10. Работа потовых желез и их роль в теплоотдаче. Дегидратация организма.
11. Температурные «ядро» и «оболочка» тела. Факторы, определяющие колебания температуры «ядра» и «оболочки».
12. Регуляция температуры тела человека.
13. Нервные центры. Исполнительные органы системы терморегуляции.
14. Адаптация организма к изменениям температуры внешней среды.
15. Функции желез внутренней секреции (эндокринных желез) и их роль в регуляции функций организма в покое и при мышечной деятельности.
16. Гормоны, их свойства. Виды и механизм действия гормонов.
17. Функции гормонов передней, средней и задней доли гипофиза. Роль гормонов гипофиза в регуляции деятельности других желез внутренней секреции.
18. Функции гормонов надпочечников. Гормоны мозгового слоя (адреналин и норадреналин), их связь с симпатической нервной системой.
19. Гормоны коркового слоя: минералокортикоиды и глюкокортикоиды. Их роль в процессах срочной и долговременной адаптации организма к экстремальным факторам. Общий адаптационный синдром, его стадии.
20. Функции гормонов щитовидной железы. Ее гипо- и гиперфункция. Влияние на энергетический обмен и связь с симпатической нервной системой. Роль в процессах терморегуляции. Эндокринные функции поджелудочной железы.
21. Значение и общие функции центральной нервной системы. Периферическая нервная система.
22. Методы исследования функций центральной нервной системы.

23. Роль осязания в развитии человека
24. Адаптационные механизмы сенсорных систем
25. Роль рецепторов сетчатки Роль двигательной сенсорной системы в оценке пространственных, временных параметров движений и величины мышечных усилий.
26. Приспособительное значение условных рефлексов и механизм их образования.
27. Физиологические механизмы деятельности нервно-мышечного аппарата.
28. Вегетативное обеспечение мышечной деятельности.
29. Артериальное давление как показатель работы сердца и системных реакций сосудов.
30. Функциональное «мертвое» пространство. Альвеолярная вентиляция. Кислородная стоимость (работа) дыхания.
31. Газовый состав атмосферного, альвеолярного и выдыхаемого воздуха.
32. Величины парциального давления газов в легких и напряжения газов в артериальной, венозной крови и тканях.
33. Диффузия как механизм обмена газов в легких и тканях.

Раздел 5. Обмен веществ и энергии. Теплообмен. Железы внутренней секреции.

Цель: знать основные функции обмена веществ и энергии, нейрогуморальные механизмы регуляции обмена веществ и теплообмен их механизмы и адаптацию организма к изменениям температуры внешней среды. Роль гормонов гипоталамуса, гипофиза, периферических желез внутренней секреции, их роль на обменные процессы организма и реакции на изменение внешних и внутренних факторов.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Взаимосвязь обмена веществ и энергии. Ассимиляция и диссимиляция, анаболизм и катаболизм. Роль белков в организме. Азотистый баланс. Пластическое обеспечение функций. Белковый обмен во время мышечной работы и восстановления. Регуляция белкового обмена.

Роль жиров в организме. Особенности превращения жиров в организме. Мобилизация и использование свободных жирных кислот в энергообеспечении работы мышц. Регуляция жирового обмена.

Роль углеводов в организме Особенности превращения жиров в организме. Регуляция уровня глюкозы в крови и регуляция углеводного обмена. Углеводный обмен при мышечной работе. Соотношение углеводного и жирового обменов во время мышечной работы.

Обмен воды и минеральных веществ. Значение и распределение воды в организме. Обмен воды при мышечной работе. Влияние дегидратации на работоспособность. Минеральный обмен. Особенности минерального обмена при мышечной работе.

Обмен энергии. Энергетический баланс организма. Основной обмен. Добавочный расход энергии. Суточные энергозатраты при различных видах деятельности. Источники энергии и способы её освобождения в организме. Прямая и непрямая калориметрия. Калорический эквивалент кислорода. Энергетический обмен при мышечной работе. Кислородный запрос, потребление кислорода и кислородный долг. Энергетическая стоимость разных видов мышечной деятельности. Коэффициент полезного действия. Понятие о температурном гомеостазе и тепловом балансе организма. Механизмы теплопродукции (химическая терморегуляция). Первичное и вторичное тепло. Механизмы теплоотдачи (физическая терморегуляция). Теплоизлучение, теплопроводение, конвекция и испарение. Работа потовых желез и их роль в теплоотдаче.

Дегидратация организма. Температурные «ядро» и «оболочка» тела. Факторы, определяющие колебания температуры «ядра» и «оболочки». Способы измерения температуры тела.

Регуляция температуры тела человека. Восприятие и анализ температуры тела и внешней среды. Нервные центры. Исполнительные органы системы терморегуляции. Рабочая гипертермия, ее механизмы и закономерности. Теплообмен при различных видах мышечной деятельности и влияние на него условий внешней среды (температура, влажность). Адаптация организма к изменениям температуры внешней среды.

Функции желез внутренней секреции (эндокринных желез) и их роль в регуляции функций организма в покое и при мышечной деятельности. Гормоны, их свойства. Виды и механизм действия гормонов. Основные методы исследования: удаление эндокринных желез в эксперименте, блокада и стимуляция их функций, введение гормонов. Эндокринная система организма и регуляция её деятельности (гипофизарный и парагипофизарный пути регуляции).

Функции гормонов передней, средней и задней доли гипофиза. Роль гормонов гипофиза в регуляции деятельности других желез внутренней секреции.

Функции гормонов надпочечников. Гормоны мозгового слоя (адреналин и норадреналин), их связь с симпатической нервной системой. Гормоны коркового слоя: минералокортикоиды и глюкокортикоиды. Их роль в процессах срочной и долговременной адаптации организма к экстремальным факторам. Общий адаптационный синдром, его стадии. Стресс и адаптация. Роль желез внутренней секреции в формировании системно-структурного следа при переходе срочных адаптивных реакций в долговременные.

Эндокринные функции половых желез и их роль в развитии физических качеств. Вредность использования анаболических стероидов.

Функции гормонов щитовидной железы. Ее гипо- и гиперфункция. Влияние на энергетический обмен и связь с симпатической нервной системой. Роль в процессах терморегуляции. Эндокринные функции поджелудочной железы.

Вопросы для самоподготовки:

1. Взаимосвязь обмена веществ и энергии. Ассимиляция и диссимиляция, анаболизм и катаболизм.
2. Роль белков в организме. Азотистый баланс. Пластическое обеспечение функций. Белковый обмен во время мышечной работы и восстановления. Регуляция белкового обмена.
3. Роль жиров в организме. Особенности превращения жиров в организме.
4. Мобилизация и использование свободных жирных кислот в энергообеспечении работы мышц. Регуляция жирового обмена.
5. Роль углеводов в организме. Особенности превращения жиров в организме.
6. Регуляция уровня глюкозы в крови и регуляция углеводного обмена. Углеводный обмен при мышечной работе.
7. Температурный гомеостаз и тепловой баланс организма.
8. Механизмы теплопродукции (химическая терморегуляция).
9. Теплоизлучение, теплопроводение, конвекция и испарение.
10. Работа потовых желез и их роль в теплоотдаче. Дегидратация организма.
11. Температурные «ядро» и «оболочка» тела. Факторы, определяющие колебания температуры «ядра» и «оболочки».
12. Регуляция температуры тела человека.
13. Нервные центры. Исполнительные органы системы терморегуляции.
14. Адаптация организма к изменениям температуры внешней среды.

14. Функции желез внутренней секреции (эндокринных желез) и их роль в регуляции функций организма в покое и при мышечной деятельности.

15. Гормоны, их свойства. Виды и механизм действия гормонов.

16. Функции гормонов передней, средней и задней доли гипофиза. Роль гормонов гипофиза в регуляции деятельности других желез внутренней секреции.

17. Функции гормонов надпочечников. Гормоны мозгового слоя (адреналин и норадреналин), их связь с симпатической нервной системой.

18. Гормоны коркового слоя: минералокортикоиды и глюкокортикоиды. Их роль в процессах срочной и долговременной адаптации организма к экстремальным факторам. Общий адаптационный синдром, его стадии.

19. Функции гормонов щитовидной железы. Ее гипо- и гиперфункция. Влияние на энергетический обмен и связь с симпатической нервной системой. Роль в процессах терморегуляции. Эндокринные функции поджелудочной железы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 5

Примерные темы рефератов:

1. Дыхание и его функции. Этапы газообмена в организме.
2. Вентиляция легких. Механизм вдоха и выдоха.
3. Дыхательный цикл и его изменения (гиперпноэ, тахипноэ, полипноэ, диспноэ). Легочные объемы и емкости.
4. Должные и фактические величины.
5. Газообмен в легких.
6. Транспорт кислорода кровью.
7. Кислородная емкость крови.
8. Оксигемоглобин и факторы, определяющие скорость его диссоциации.
9. Понятие о сдвиге кривой диссоциации оксигемоглобина вправо (эффект Бора).
10. Транспорт CO₂ кровью.
11. Общая характеристика основных пищеварительных процессов.
12. Работы И. П. Павлова и его школы в исследовании физиологии пищеварения.
13. Методы исследования функций желудочно-кишечного тракта.
14. Пищеварение в различных отделах пищеварительного тракта: в полости рта, желудке, 12-перстной кишке, тонком и толстом кишечнике
15. Состав и свойства пищеварительных соков, их основные ферменты.
16. Секреторная, моторная и гормональная функции желудочно-кишечного тракта.
17. Роль поджелудочной железы и печени в пищеварении.
18. Всасывание продуктов переваривания пищи.
19. Регуляция пищеварения в различных отделах желудочно-кишечного тракта.
20. Общая характеристика выделительных процессов.
21. Выделительная функция кожи (потовые и сальные железы), легких и желудочно-кишечного тракта.
22. Основные функции почек и методы их исследования.
23. Нефрон как структурно-функциональная единица почек. Особенности кровообращения в почках.
24. Регуляция мочеобразования. Количество, состав и свойства мочи.
25. Мочевыведение и мочеиспускание. Влияние мышечной деятельности на функции выделения.

Рубежный контроль раздела 5:

форма рубежного контроля – доклад

Темы докладов к разделу:

1. Состав и свойства пищеварительных соков, их основные ферменты.
2. Секреторная, моторная и гормональная функции желудочно-кишечного тракта.
3. Роль поджелудочной железы и печени в пищеварении.
4. Всасывание продуктов переваривания пищи.
5. Регуляция пищеварения в различных отделах желудочно-кишечного тракта.
6. Нефрон как структурно-функциональная единица почек. Особенности кровообращения в почках.
7. Регуляция мочеобразования. Количество, состав и свойства мочи.
8. Обмен воды и минеральных веществ. Значение и распределение воды в организме. Обмен воды при мышечной работе. Влияние дегидратации на работоспособность. Минеральный обмен. Особенности минерального обмена при мышечной работе.
9. Обмен энергии. Энергетический баланс организма. Основной обмен. Добавочный расход энергии.
10. Эндокринные функции половых желез и их роль в развитии физических качеств. Вредность использования анаболических стероидов.
11. Нейрон как структурно-функциональная единица центральной нервной системы.
12. Рефлекторная дуга (кольцо), ее составные части.
13. Торможение в центральной нервной системе.
14. Регуляция вегетативных функций организма.
15. Функциональная организация и функции симпатического и парасимпатического отделов вегетативной нервной системы.
16. Рефлексы спинного мозга и ствола головного мозга.
17. Рефлексы автономной нервной системы.
18. Зрение и спорт.
19. Как человек распознает звуки?
20. Особенности деятельности вестибулярной сенсорной системы у глухих?
21. Как осуществляется сознательный контроль движений?
22. Понятие о функциональной системе (П.К. Анохин) как принципе работы мозга.
23. Значение подражания, запечатления (импринтинг) и условных рефлексов для обучения.
24. Высшие формы творческих функций мозга.
25. Физиологические механизмы восприятия и внимания.
26. Физиологические механизмы мышления.
27. Функциональные свойства гладких мышц, особенности их метаболизма.
28. Физиологические механизмы программирования и организации произвольных движений.
29. Регуляция работы сердца в покое и при работе (саморегуляция, нервная и гуморальная).
30. Регуляция системного и регионального кровотока в покое и при мышечной работе.
31. Физиологические механизмы изменения гемодинамики при физической работе.
32. Регуляция дыхания. Типы регуляции дыхания.
33. Дыхательный центр и его отделы (И.М. Сеченов, Н.А. Миславский). Регуляция деятельности дыхательного центра.
34. Влияние на дыхательный центр с механорецепторов работающих мышц и периферических рецепторов.

35. Роль коры больших полушарий головного мозга в регуляции дыхания.
36. Произвольная регуляция дыхания.
37. Общая характеристика основных пищеварительных процессов.
38. Работы И. П. Павлова и его школы в исследовании физиологии пищеварения.
39. Методы исследования функций желудочно-кишечного тракта.
40. Пищеварение в различных отделах пищеварительного тракта: в полости рта, желудке, 12-перстной кишке, тонком и толстом кишечнике.
41. Общая характеристика выделительных процессов.
42. Выделительная функция кожи (потовые и сальные железы), легких и желудочно-кишечного тракта.
43. Основные функции почек и методы их исследования.
44. Влияние мышечной деятельности на функции выделения.
45. Суточные энергозатраты при различных видах деятельности.
46. Физиологические основы энергетического обмена.
47. Энергозатраты при различных видах мышечной деятельности.
48. Стресс и адаптация. Роль желез внутренней секреции в формировании системно-структурного следа при переходе срочных адаптивных реакций в долговременные.

Модуль 2.

ФИЗИОЛОГИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Раздел 6. Классификация и характеристика физических упражнений

Тема 1.: Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений.

Цель: Формирование у студентов знаний о классификации спортивных движений и упражнений и характеристике циклических движений различной относительной мощности.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Аналитические и синтетические классификации. Классификация спортивных движений и упражнений: по биомеханической структуре, характеру реагирования на условия деятельности, проявлению физических качеств, режиму деятельности скелетных мышц, мощности нагрузки, преобладающим источникам энергии, уровню энергозатрат, характеру распределения усилий, сложности координации, объему занятых в движении мышц.

Характеристика циклических движений различной относительной мощности: максимальной, субмаксимальной, большой и умеренной (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие системы энергообеспечения, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность, длительность восстановления).

Общая характеристика ациклических движений. Характеристика силовых и скоростно-силовых упражнений. Взрывные усилия. Особенности удержания статических усилий. Феномен статического усилия (Д. Линдгард). Прицельные упражнения.

Характеристика движений, оцениваемых в баллах (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие источники энергии, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность). Характеристика ситуационных движений (спортивные игры и единоборства),

(расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие источники энергии, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность)

Вопросы для самоподготовки:

1. Аналитические и синтетические классификации.
2. Классификация спортивных движений и упражнений: по биомеханической структуре, характеру реагирования на условия деятельности, проявлению физических качеств, режиму деятельности скелетных мышц, мощности нагрузки, преобладающим источникам энергии, уровню энергозатрат, характеру распределения усилий, сложности координации, объему занятых в движении мышц.
3. Характеристика циклических движений различной относительной мощности: максимальной, субмаксимальной, большой и умеренной (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие системы энергообеспечения, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность, длительность восстановления).
4. Общая характеристика ациклических движений.
5. Характеристика силовых и скоростно-силовых упражнений.
6. Взрывные усилия. Особенности удержания статических усилий.
7. Феномен статического усилия (Д. Линдгард). Прицельные упражнения.
8. Характеристика движений, оцениваемых в баллах (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие источники энергии, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность).
9. Характеристика ситуационных движений (спортивные игры и единоборства), (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие источники энергии, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность).

Формы контроля самостоятельной работы студентов:

Доклады по изучаемым вопросам

1. Физиологические сдвиги при работе циклического характера при различных зонах мощности.
2. Причины утомления при работе циклического характера при различных зонах мощности.
3. Физиологические сдвиги при работе циклического характера при различных зонах мощности.
4. Причины утомления при работе циклического характера при различных зонах мощности.
5. Характеристика ситуационных движений (спортивные игры и единоборства), (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие источники энергии, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность).
6. Характеристика движений, оцениваемых в баллах (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие источники энергии, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность).

Тема 2. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности

Цель: Формирование у студентов знаний о функциональных перестройках в организме при мышечной деятельности. *Перечень изучаемых элементов содержания:*

Состояния организма при спортивной деятельности. Предстартовое состояние. Особенности физиологических функций. Физиологические механизмы предстартовых изменений. Разновидности предстартового состояния и способы управления ими.

Разминка как фактор оптимизации предстартовых реакций. Влияние разминки на ускорение вработывания физиологических функций. Значение общей и специальной разминки. Обоснование интервала отдыха между разминкой и соревнованием. Вработывание. Физиологические закономерности и механизмы вработывания. «Мертвая точка» и «второе дыхание». Механизмы их развития. Пути преодоления «мертвой точки».

Рабочее состояние. Истинное и ложное устойчивое состояние при циклических упражнениях разной мощности. Характеристика двигательных, висцеральных функций, энергетического обмена, гормональной активности, координации движений в фазе устойчивой работоспособности. Состояние оптимальной работоспособности при упражнениях переменной мощности, ациклических и других упражнениях.

Утомление. Определение и физиологическая сущность утомления. Современные представления о механизмах утомления. Утомление и работоспособность. Физиологические проявления и стадии развития утомления при физической работе. Компенсированное и некомпенсированное утомление. Наиболее типичные факторы утомления при различных видах спортивных упражнений. Критерии и тесты оценки утомления. Понятие об основных факторах, лимитирующих работоспособность при упражнениях разного характера и мощности.

Восстановление. Восстановительные процессы после работы. Послерабочие изменения как отражение следовых процессов в тканях и нервной системе. Кислородный долг и его компоненты. Восстановление энергетических запасов в организме. Особенности восстановления функций: неравномерность, гетерохронность, фазность, избирательность, конструктивный характер. Восстановительные процессы после тренировочных занятий и соревнований. Влияние тренировки на восстановительные процессы. Средства повышения эффективности процессов восстановления. Активный отдых.

Вопросы для самоподготовки:

1. Состояния организма при спортивной деятельности. Предстартовое состояние. Особенности физиологических функций.
2. Физиологические механизмы предстартовых изменений. Разновидности предстартового состояния и способы управления ими.
3. Разминка как фактор оптимизации предстартовых реакций. Влияние разминки на ускорение вработывания физиологических функций.
4. Значение общей и специальной разминки. Обоснование интервала отдыха между разминкой и соревнованием.
5. Вработывание. Физиологические закономерности и механизмы вработывания.
6. «Мертвая точка» и «второе дыхание». Механизмы их развития. Пути преодоления «мертвой точки».
7. Рабочее состояние. Истинное и ложное устойчивое состояние при циклических упражнениях разной мощности.
8. Утомление. Определение и физиологическая сущность утомления.
9. Современные представления о механизмах утомления. Утомление и работоспособность.
10. Физиологические проявления и стадии развития утомления при физической работе.
11. Компенсированное и некомпенсированное утомление.
12. Наиболее типичные факторы утомления при различных видах спортивных упражнений.

13. Понятие об основных факторах, лимитирующих работоспособность при упражнениях разного характера и мощности.
14. Восстановление. Восстановительные процессы после работы.
15. Восстановление энергетических запасов в организме.
16. Особенности восстановления функций: неравномерность, гетерохронность, фазность, избирательность, конструктивный характер.
17. Восстановительные процессы после тренировочных занятий и соревнований.
18. Влияние тренировки на восстановительные процессы.
19. Средства повышения эффективности процессов восстановления.

Формы контроля самостоятельной работы студентов:

Доклады по изучаемым вопросам:

1. Состояние оптимальной работоспособности при упражнениях переменной мощности, ациклических и других упражнениях.
2. Характеристика двигательных, висцеральных функций, энергетического обмена, гормональной активности, координации движений в фазе устойчивой работоспособности.
3. Послерабочие изменения как отражение следовых процессов в тканях и нервной системе.
4. Кислородный долг и его компоненты.
5. Активный отдых.
6. Критерии и тесты оценки утомления.
7. Теории утомления.
8. Предрабочее и текущее восстановление.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 6

Примерные темы рефератов:

1. Состояния организма при спортивной деятельности. Предстартовое состояние. Особенности физиологических функций.
2. Физиологические механизмы предстартовых изменений. Разновидности предстартового состояния и способы управления ими.
3. Разминка как фактор оптимизации предстартовых реакций. Влияние разминки на ускорение вработывания физиологических функций.
4. Значение общей и специальной разминки. Обоснование интервала отдыха между разминкой и соревнованием.
5. Вработывание. Физиологические закономерности и механизмы вработывания.
6. «Мертвая точка» и «второе дыхание». Механизмы их развития. Пути преодоления «мертвой точки».
7. Рабочее состояние. Истинное и ложное устойчивое состояние при циклических упражнениях разной мощности.
8. Утомление. Определение и физиологическая сущность утомления.
9. Современные представления о механизмах утомления. Утомление и работоспособность.
10. Физиологические проявления и стадии развития утомления при физической работе.
11. Компенсированное и некомпенсированное утомление.
12. Наиболее типичные факторы утомления при различных видах спортивных упражнений.
13. Понятие об основных факторах, лимитирующих работоспособность при упражнениях разного характера и мощности.
14. Восстановление. Восстановительные процессы после работы.
15. Восстановление энергетических запасов в организме.
16. Особенности восстановления функций: неравномерность, гетерохронность, фазность, избирательность, конструктивный характер.
17. Восстановительные процессы после тренировочных занятий и соревнований.
18. Влияние тренировки на восстановительные процессы.

19. Средства повышения эффективности процессов восстановления.
20. Состояние оптимальной работоспособности при упражнениях переменной мощности, ациклических и других упражнениях.
21. Характеристика двигательных, висцеральных функций, энергетического обмена, гормональной активности, координации движений в фазе устойчивой работоспособности.
22. Послерабочие изменения как отражение следовых процессов в тканях и нервной системе.
23. Кислородный долг и его компоненты.
24. Активный отдых.
25. Критерии и тесты оценки утомления.
26. Теории утомления.
27. Предрабочее и текущее восстановление.

Рубежный контроль раздела 6:
форма рубежного контроля – контрольная работа

Раздел 7. Формирование двигательных навыков

Тема 1. Физиологические основы формирования двигательных навыков.

Цель: Формирование у студентов знаний о физиологических закономерностях и стадиях формирования двигательных навыков.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Двигательные навыки и физиологические механизмы их формирования. Роль тренируемости в освоении двигательных навыков. Функциональная система, доминанта, двигательный динамический стереотип, экстраполяция. Стабильность и вариативность компонентов двигательного навыка. Физиологические закономерности и стадии формирования двигательных навыков (стадия генерализации (иррадиации) возбуждения; стадия концентрации возбуждения; стадия стабилизации; стадия автоматизации навыка). Соматический и вегетативный компоненты двигательного навыка. Физиологические основы совершенствования двигательных навыков (значение обратных связей, срочной и дополнительной информации, постепенного усложнения и разносторонней техники движений, речевой регуляции). Индивидуализация обучения. Особенности формирования двигательных навыков в различных видах спорта

Вопросы для самоподготовки:

1. Двигательные навыки и физиологические механизмы их формирования.
2. Роль тренируемости в освоении двигательных навыков.
3. Стабильность и вариативность компонентов двигательного навыка.
4. Физиологические закономерности и стадии формирования двигательных навыков (стадия генерализации (иррадиации) возбуждения; стадия концентрации возбуждения; стадия стабилизации; стадия автоматизации навыка).
5. Соматический и вегетативный компоненты двигательного навыка.
6. Индивидуализация обучения.
7. Особенности формирования двигательных навыков в различных видах спорта.

Формы контроля самостоятельной работы студентов:

Доклады по изучаемым вопросам:

1. Функциональная система, доминанта, двигательный динамический стереотип, экстраполяция.

2. Физиологические основы совершенствования двигательных навыков (значение обратных связей, срочной и дополнительной информации, постепенного усложнения и разносторонней техники движений, речевой регуляции).
3. Дайте определение компонентам двигательного навыка.
4. В чем заключается стабильность и вариативность компонентов двигательного навыка.

Тема 2. Физиологические механизмы развития физических качеств.

Цель: Формирование у студентов знаний о единстве формирования двигательных навыков и развития физических качеств.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Физические качества человека и биологические факторы, обуславливающие развитие физических качеств (генетическая предопределенность, взаимозависимость развития и проявления, положительный и отрицательный перенос, возрастные периоды развития) Единство формирования двигательных навыков и развития физических качеств.

Сила. Биологические факторы, определяющие развитие силы. Максимальная сила мышц. Максимальная произвольная сила (МПС) и физиологические факторы, ее определяющие. Понятие о силовом дефиците. Связь МПС со статической и динамической выносливостью. Физиологические основы тренировки мышечной силы. Виды гипертрофии скелетных мышц. Физиологические особенности тренировки силы мышц динамическими и статическими (изометрическими) нагрузками.

Физиологические механизмы развития быстроты движений. Значение быстроты в осуществлении одиночных движений, двигательных реакций и поддержании высокого темпа движений. Скоростно-силовые упражнения. Максимальная мощность как результат оптимального соотношения силового и скоростного компонентов двигательного акта. Взрывная сила и её физиологические механизмы. Центральные и периферические факторы, определяющие скоростно-силовые характеристики движений. Физиологические основы развития (тренировки) скоростно-силовых качеств. Особенности скоростно-силовых качеств в разных видах спорта.

Определение выносливости и её виды. Специфичность выносливости. Виды выносливости: статическая, силовая, скоростная, выносливость к длительной динамической работе. Анаэробная и аэробная производительность. Выносливость при локальной, региональной и глобальной работе. Общая и специальная выносливость. Показатели и критерии выносливости. Роль генетических и средовых факторов в развитии различных видов выносливости. Максимальная анаэробная мощность и максимальная анаэробная емкость как основа анаэробной выносливости. Взаимосвязь выносливости, работоспособности и утомления.

Аэробная выносливость и кислородтранспортная система. Максимальное потребление кислорода (МПК) как интегральный показатель аэробных возможностей организма человека. Абсолютные и относительные величины МПК у спортсменов различных специализаций. МПК как критерий уровня физического здоровья населения. Физиологические механизмы развития кислородтранспортной системы. Изменения в системе внешнего дыхания, в системе крови, в центральном и периферическом звеньях системы кровообращения, в системе микроциркуляции мышц.

Понятие о пороге анаэробного обмена (ПАПО) и использование его в тренировочном процессе. Понятие об анаэробной емкости и эффективности. Процессы ресинтеза АТФ при мышечной работе (ресинтез АТФ в креатинфосфокиназной реакции, ресинтез АТФ в процессе

гликолиза, ресинтез АТФ в аэробных процессах). Потребление кислорода, кислородный дефицит, кислородный запрос и кислородный долг при мышечной работе. Методы прямого и косвенного определения МПК, кислородного долга, ПАНО. Соотношение процессов аэробного и анаэробного ресинтеза АТФ в упражнениях разной мощности и длительности.

Мышца как ведущее звено системы, утилизирующей кислород при работе. Кровоснабжение скелетных мышц и аэробная выносливость. Недостаточное кровоснабжение мышечных волокон как фактор, лимитирующий работоспособность мышц при различных режимах сокращения. Композиция мышц и их аэробная выносливость. Физиологические основы тренировки периферических (мышечных) механизмов аэробной выносливости. Взаимосвязь генетических и средовых факторов в развитии периферических механизмов аэробной выносливости.

Ловкость как проявление координационных способностей нервной системы. Показатели ловкости. Значение сенсорных систем, основной и дополнительной информации о движениях. Моторная память. Координация и способность к мышечному расслаблению. Способность управлять пространственными, силовыми и временными характеристиками движения. Особенности проявления ловкости в некоторых видах спорта. Координационные способности и утомление.

Понятие о гибкости. Факторы, лимитирующие гибкость. Активная и пассивная гибкость. Влияние на гибкость разминки, утомления, температуры окружающей среды. Взаимодействие двигательных качеств и двигательных навыков.

Вопросы для самоподготовки:

1. Физические качества человека и биологические факторы, обуславливающие развитие физических качеств (генетическая предопределенность, взаимозависимость развития и проявления, положительный и отрицательный перенос, возрастные периоды развития)
2. Единство формирования двигательных навыков и развития физических качеств.
3. Сила. Максимальная сила мышц. Максимальная произвольная сила (МПС) и физиологические факторы, ее определяющие. Понятие о силовом дефиците.
4. Связь МПС со статической и динамической выносливостью. Физиологические основы тренировки мышечной силы. Виды гипертрофии скелетных мышц.
5. Физиологические механизмы развития быстроты движений.
6. Скоростно-силовые упражнения. Максимальная мощность как результат оптимального соотношения силового и скоростного компонентов двигательного акта.
7. Центральные и периферические факторы, определяющие скоростно-силовые характеристики движений.
8. Определение выносливости и её виды. Специфичность выносливости.
9. Виды выносливости: статическая, силовая, скоростная, выносливость к длительной динамической работе. Анаэробная и аэробная производительность. Выносливость при локальной, региональной и глобальной работе. Общая и специальная выносливость. Показатели и критерии выносливости.
10. Роль генетических и средовых факторов в развитии различных видов выносливости. Максимальная анаэробная мощность и максимальная анаэробная емкость как основа анаэробной выносливости. Взаимосвязь выносливости, работоспособности и утомления.

11. Аэробная выносливость и кислородтранспортная система. Максимальное потребление кислорода (МПК) как интегральный показатель аэробных возможностей организма человека. Абсолютные и относительные величины МПК у спортсменов различных специализаций. МПК как критерий уровня физического здоровья населения.

12. Физиологические механизмы развития кислородтранспортной системы. Изменения в системе внешнего дыхания, в системе крови, в центральном и периферическом звеньях системы кровообращения, в системе микроциркуляции мышц.

13. Понятие о пороге анаэробного обмена (ПАНО) и использование его в тренировочном процессе. Понятие об анаэробной емкости и эффективности. Процессы ресинтеза АТФ при мышечной работе (ресинтез АТФ в креатинфосфокиназной реакции, ресинтез АТФ в процессе гликолиза, ресинтез АТФ в аэробных процессах).

14. Потребление кислорода, кислородный дефицит, кислородный запрос и кислородный долг при мышечной работе.

15. Методы прямого и косвенного определения МПК, кислородного долга, ПАНО. Соотношение процессов аэробного и анаэробного ресинтеза АТФ в упражнениях разной мощности и длительности.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 7.

Примерные темы рефератов:

1. Биологические факторы, определяющие развитие силы.
2. Физиологические особенности тренировки силы мышц динамическими и статическими (изометрическими) нагрузками.
3. Значение быстроты в осуществлении одиночных движений, двигательных реакций и поддержании высокого темпа движений.
4. Взрывная сила и её физиологические механизмы.
5. Ловкость как проявление координационных способностей нервной системы. Показатели ловкости.
6. Значение сенсорных систем, основной и дополнительной информации о движениях. Моторная память.
7. Координация и способность к мышечному расслаблению.
8. Способность управлять пространственными, силовыми и временными характеристиками движения.
9. Особенности проявления ловкости в некоторых видах спорта. Координационные способности и утомление.
10. Физиологические основы развития (тренировки) скоростно-силовых качеств.
11. Особенности скоростно-силовых качеств в разных видах спорта.
12. Мышца как ведущее звено системы, утилизирующей кислород при работе. Кровоснабжение скелетных мышц и аэробная выносливость. Недостаточное кровоснабжение мышечных волокон как фактор, лимитирующий работоспособность мышц при различных режимах сокращения. Композиция мышц и их аэробная выносливость. Физиологические основы тренировки периферических (мышечных) механизмов аэробной выносливости. Взаимосвязь генетических и средовых факторов в развитии периферических механизмов аэробной выносливости
13. Понятие о гибкости. Факторы, лимитирующие гибкость. Активная и пассивная гибкость. Влияние на гибкость разминки, утомления, температуры окружающей среды. Взаимодействие двигательных качеств и двигательных навыков.
14. Выносливость и её виды.
15. МПК – определяющие и лимитирующие её факторы.
16. ПАНО - сущность понятия.

Рубежный контроль раздела 7.:

форма рубежного контроля – контрольная работа

Раздел 8. Формирование двигательных навыков.

Тема 1. Физиологическое обоснование принципов и планирования тренировки. Физиологические основы спортивной работоспособности в особых условиях внешней среды.

Цель: Формирование у студентов знаний о физиологических принципах планирования спортивной тренировки в особых условиях внешней среды.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Спортивная тренировка и её основные структурно-функциональные эффекты. Физиологическая характеристика состояния тренированности. Функциональные изменения Деятельности висцеральных систем в покое, при стандартных и максимальных нагрузках. Физиологическое обоснование принципов спортивной тренировки: специфичности, максимальных нагрузок, взаимодействия нагрузок, вариативности, обратимости, цикличности, учета фазности восстановительных процессов. Классификация нагрузок по специфичности, энергетической направленности, координационной сложности и величине. Физиологическое обоснование компонентов тренировочных нагрузок

Физиологическое обоснование структуры многолетней подготовки и ее отдельных этапов как процесса формирования долговременной адаптации. Физиологическая характеристика периодизации спортивной тренировки: подготовительного, соревновательного и переходного периодов. Физиологические основы предсоревновательного этапа тренировки. Особенности физической терморегуляции в условиях повышенной температуры и влажности воздуха. Физиологическая характеристика факторов, снижающих спортивную работоспособность: а) перегревание организма; б) дегидратация; в) снижение кислородтранспортных возможностей сердечно-сосудистой системы. Изменения функций организма в условиях повышенной температуры и влажности. Тепловая адаптация (акклиматизация) и ее физиологическая характеристика. Спортивная тренировка в жарких условиях. Питьевой режим. Повышение тепловой устойчивости организма.

Спортивная работоспособность в условиях пониженной температуры окружающей среды. Изменения функций организма в этих условиях. Физическая работоспособность в холодных условиях. Акклиматизация к изменениям температуры.

Спортивная работоспособность в условиях пониженного атмосферного давления. Характеристика факторов, действующих на организм человека в условиях среднегорья и высокогорья, изменения функций организма в этих условиях. Различные типы гипоксии и их физиологическая характеристика. Горная (высотная) болезнь. Адаптация человека к пониженному барометрическому давлению. Работоспособность спортсменов во время и после пребывания в среднегорья.

Биологические ритмы человека. Циркадианные ритмы и динамика работоспособности в течение суток. Биоритмы и адаптация. Десинхроноз и его физиологическая характеристика. Формирование новой суточной периодики функций организма при трансмеридиональных перемещениях и ее фазы. Спортивная работоспособность при смене климато-географических условий.

Влияние водной среды на спортивную работоспособность. Факторы, действующие на организм человека в водной среде (плотность, повышенное барометрическое давление, гипогравитация, высокая теплоемкость и теплопроводность воды). Особенности терморегуляции организма в воде. Энергетика плавания. Функции сенсорных систем в воде. Функции соматических и висцеральных

систем в водной среде. Физиологические основы совершенствования двигательных качеств пловцов.

Вопросы для самоподготовки:

1. Спортивная тренировка и её основные структурно-функциональные эффекты.
2. Физиологическая характеристика состояния тренированности.
3. Функциональные изменения деятельности висцеральных систем в покое, при стандартных и максимальных нагрузках.
4. Физиологическое обоснование принципов спортивной тренировки: специфичности, максимальных нагрузок, взаимодействия нагрузок, вариативности, обратимости, цикличности, учета фазности восстановительных процессов.
5. Классификация нагрузок по специфичности, энергетической направленности, координационной сложности и величине.

Формы контроля самостоятельной работы студентов:

Доклады по изучаемым вопросам:

1. Биологические ритмы человека. Циркадианные ритмы и динамика работоспособности в течение суток.
2. Биоритмы и адаптация. Десинхроноз и его физиологическая характеристика.
3. Формирование новой суточной периодики функций организма при трансмеридиональных перемещениях и ее фазы.
4. Спортивная работоспособность при смене климато-географических условий.
5. Влияние водной среды на спортивную работоспособность.
6. Факторы, действующие на организм человека в водной среде (плотность, повышенное барометрическое давление, гипогравитация, высокая теплоемкость и теплопроводность воды).
7. Особенности терморегуляции организма в воде. Энергетика плавания. Функции сенсорных систем в воде. Функции соматических и висцеральных систем в водной среде.
8. Физиологические основы совершенствования двигательных качеств пловцов.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 8

Примерные темы рефератов:

1. Физиологическое обоснование компонентов тренировочных нагрузок
2. Физиологическое обоснование структуры многолетней подготовки и ее отдельных этапов как процесса формирования долговременной адаптации.
3. Особенности физической терморегуляции в условиях повышенной температуры и влажности воздуха.
4. Физиологическая характеристика факторов, снижающих спортивную работоспособность: а) перегревание организма; б) дегидратация; в) снижение кислородтранспортных возможностей сердечно-сосудистой системы.
5. Изменения функций организма в условиях повышенной температуры и влажности.
6. Тепловая адаптация (акклиматизация) и ее физиологическая характеристика. Спортивная тренировка в жарких условиях. Питьевой режим. Повышение тепловой устойчивости организма.
7. Спортивная работоспособность в условиях пониженной температуры окружающей среды. Изменения функций организма в этих условиях.
8. Физическая работоспособность в холодных условиях. Акклиматизация к изменениям температуры.
9. Спортивная работоспособность в условиях пониженного атмосферного давления.

10. Характеристика факторов, действующих на организм человека в условиях среднегорья и высокогорья, изменения функций организма в этих условиях.
11. Различные типы гипоксии и их физиологическая характеристика. Горная (высотная) болезнь.
12. Адаптация человека к пониженному барометрическому давлению. Работоспособность спортсменов вовремя и после пребывания в среднегорья.

Рубежный контроль раздела 8:

форма рубежного контроля – доклад

Темы докладов к разделу 8:

1. Причины утомления при работе циклического характера при различных зонах мощности.
2. Характеристика ситуационных движений (спортивные игры и единоборства), (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие источники энергии, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность).
3. Характеристика движений, оцениваемых в баллах (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие источники энергии, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность).
4. Активный отдых.
5. Критерии и тесты оценки утомления.
6. Теории утомления.
7. Предрабочее и текущее восстановление.
8. Дайте определение компонентам двигательного навыка.
9. В чем заключается стабильность и вариативность компонентов двигательного навыка.
10. Биологические факторы, определяющие развитие силы.
11. Значение быстроты в осуществлении одиночных движений, двигательных реакций и поддержании высокого темпа движений.
12. Ловкость как проявление координационных способностей нервной системы. Показатели ловкости.
13. Значение сенсорных систем, основной и дополнительной информации о движениях. Моторная память.
14. Координация и способность к мышечному расслаблению.
15. Способность управлять пространственными, силовыми и временными характеристиками движения.
16. Особенности проявления ловкости в некоторых видах спорта. Координационные способности и утомление.

17. Физиологические основы развития (тренировки) скоростно-силовых качеств.
18. Мышца как ведущее звено системы, утилизирующей кислород при работе. Кровоснабжение скелетных мышц и аэробная выносливость. Недостаточное кровоснабжение мышечных волокон как фактор, лимитирующий работоспособность мышц при различных режимах сокращения.
19. Понятие о гибкости. Факторы, лимитирующие гибкость. Активная и пассивная гибкость. Влияние на гибкость разминки, утомления, температуры окружающей среды. Взаимодействие двигательных качеств и двигательных навыков.
20. Выносливость и её виды.
21. МПК – определяющие и лимитирующие её факторы.
22. ПАНО - сущность понятия.
23. Физиологическая характеристика периодизации спортивной тренировки: подготовительного, соревновательного и переходного периодов.
24. Биологические ритмы человека. Циркадианные ритмы и динамика работоспособности в течение суток.
25. Формирование новой суточной периодики функций организма при трансмеридиональных перемещениях и ее фазы.
26. Спортивная работоспособность при смене климато-географических условий. Влияние водной среды на спортивную работоспособность.
27. Факторы, действующие на организм человека в водной среде (плотность, повышенное барометрическое давление, гипогравитация, высокая теплоемкость и теплопроводность воды).
29. Особенности терморегуляции организма в воде. Энергетика плавания. Функции сенсорных систем в воде. Функции соматических и висцеральных систем в водной среде.
30. Физиологические основы совершенствования двигательных качеств пловцов.
31. Возрастные закономерности и механизмы адаптации юных спортсменов под влиянием спортивной тренировки, физиологические основы дозирования тренировочных нагрузок.
32. Физиологические основы здорового образа жизни. Обоснование критериев и уровня здоровья. Критерии физического здоровья (величина МПК; PWC_{170}).
33. Влияние занятий физическими упражнениями на умственную работоспособность. Факторы, определяющие и нарушающие деятельность нервно-мышечной системы.
34. Зрелый и пожилой возраст. Физическая активность — важное условие высокой работоспособности лиц зрелого и пожилого возраста.
35. Влияние разных форм физической культуры (ходьба, оздоровительный бег, плавание, ходьба на лыжах, катание на коньках, езда на велосипеде, ритмическая и атлетическая гимнастика и др.) на стареющий организм.
36. Обоснование величины оптимальных нагрузок. Физиологические механизмы влияния физической тренировки на стареющий организм.

Физиологическая характеристика использования физических упражнений и других форм активного отдыха в процессе производства и режима дня (производственная, утренняя гимнастика и др.).

Раздел 9. Физиологические основы ориентации, отбора и тренировки юных спортсменов. Физиологические основы спортивной тренировки женщин.

Цель: Формирование у студентов знаний о возрастных закономерностях и механизмах адаптации юных спортсменов под влиянием спортивной тренировки.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Физиологическое обоснование спортивной ориентации и отбора и их физиологические критерии. Физиологическая характеристика возрастных этапов специализации в разных видах спорта.

Особенности функциональных изменений у юных спортсменов при упражнениях различной мощности, силовых и скоростно-силовых упражнениях. Аэробные и анаэробные возможности юных спортсменов. Возрастные особенности формирования двигательных навыков и развития двигательных качеств. Особенности развития состояний организма (вработывания, устойчивого состояния, утомления и восстановления) в процессе тренировки у юных спортсменов. Возрастные закономерности и механизмы адаптации юных спортсменов под влиянием спортивной тренировки, физиологические основы дозирования тренировочных нагрузок.

Особенности деятельности центральной нервной системы и сенсорных систем в женском организме. Особенности двигательных и висцеральных функций и развития физических качеств у женщин. Аэробные и анаэробные возможности женщин. Изменения функциональных возможностей женского организма под влиянием систематических занятий физическими упражнениями и спортом. Функциональные особенности женского организма, благоприятствующие выполнению ряда упражнений. Факторы, лимитирующие спортивную работоспособность женщин. Влияние больших физических нагрузок на организм спортсменок.

Перестройка гормональной активности и функционального состояния всех систем организма в различные фазы менструального цикла. Влияние на спортивную работоспособность женщин фаз менструального цикла: менструальной, постменструальной, овуляторной, постовуляторной и предменструальной. Индивидуализация тренировочного процесса с учетом фаз ОМЦ. Физиологические основы построения тренировочных микро- и мезоциклов у спортсменок.

Вопросы для самоподготовки:

1. Физиологическое обоснование спортивной ориентации и отбора и их физиологические критерии.
2. Физиологическая характеристика возрастных этапов специализации в разных видах спорта.
3. Особенности функциональных изменений у юных спортсменов при упражнениях различной мощности, силовых и скоростно-силовых упражнениях.
4. Аэробные и анаэробные возможности юных спортсменов. Возрастные особенности формирования двигательных навыков и развития двигательных качеств.
5. Особенности развития состояний организма (вработывания, устойчивого состояния, утомления и восстановления) в процессе тренировки у юных спортсменов.
6. Особенности деятельности центральной нервной системы и сенсорных систем в женском организме.
7. Особенности двигательных и висцеральных функций и развития физических качеств у женщин. Аэробные и анаэробные возможности женщин.

8. Изменения функциональных возможностей женского организма под влиянием систематических занятий физическими упражнениями и спортом.
9. Функциональные особенности женского организма, благоприятствующие выполнению ряда упражнений.
10. Факторы, лимитирующие спортивную работоспособность женщин. Влияние больших физических нагрузок на организм спортсменок.
11. Перестройка гормональной активности и функционального состояния всех систем организма в различные фазы менструального цикла.
12. Влияние на спортивную работоспособность женщин фаз менструального цикла: менструальной, постменструальной, овуляторной, постовуляторной и предменструальной.
13. Индивидуализация тренировочного процесса с учетом фаз ОМЦ. Физиологические основы построения тренировочных микро- и мезоциклов у спортсменок.

Формы контроля самостоятельной работы студентов:

Доклады по изучаемым вопросам:

1. Физиологическая характеристика образа жизни современного человека (гипокинезия, интенсификация производства, ускорение темпов жизни, психоэмоциональные перегрузки, нерациональное питание и др.).
2. Физиологические основы здорового образа жизни. Обоснование критериев и уровня здоровья. Критерии физического здоровья (величина МПК; PWC_{170}).
3. Влияние занятий физическими упражнениями на умственную работоспособность. Факторы, определяющие и нарушающие деятельность нервно-мышечной системы.
4. Влияние физической активности на резервы физиологических функций. Общие физиологические закономерности использования физических нагрузок для улучшения состояния здоровья.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 9

Примерные темы рефератов:

1. Детский, подростковый и юношеский возраст. Двигательная активность как необходимый фактор развития, увеличения функциональных возможностей растущего организма.
2. Физиологическая характеристика физического воспитания в дошкольных коллективах: оздоровительная гимнастика, ходьба и бег, раннее плавание, подвижные игры и т. д.
3. Физиологическая характеристика занятий физической культурой в школьных коллективах. Обоснование величины оптимальной двигательной активности и методики использования физических упражнений.
4. Зрелый и пожилой возраст. Физическая активность — важное условие высокой работоспособности лиц зрелого и пожилого возраста.
5. Влияние разных форм физической культуры (ходьба, оздоровительный бег, плавание, ходьба на лыжах, катание на коньках, езда на велосипеде, ритмическая и атлетическая гимнастика и др.) на стареющий организм.
6. Обоснование величины оптимальных нагрузок. Физиологические механизмы влияния физической тренировки на стареющий организм.
7. Физиологическая характеристика использования физических упражнений и других форм активного отдыха в процессе производства и режима дня (производственная, утренняя гимнастика и др.).

Рубежный контроль к разделу 9

Темы докладов к разделу:

1. Физиологические сдвиги при работе циклического характера при различных зонах мощности.
2. Причины утомления при работе циклического характера при различных зонах мощности.
3. Физиологические сдвиги при работе циклического характера при различных зонах мощности.
4. Состояние оптимальной работоспособности при упражнениях переменной мощности, ациклических и других упражнениях.
5. Характеристика двигательных, висцеральных функций, энергетического обмена, гормональной активности, координации движений в фазе устойчивой работоспособности.
6. Послерабочие изменения как отражение следовых процессов в тканях и нервной системе.
7. Кислородный долг и его компоненты.
8. Функциональная система, доминанта, двигательный динамический стереотип, экстраполяция.
9. Физиологические основы совершенствования двигательных навыков (значение обратных связей, срочной и дополнительной информации, постепенного усложнения и разносторонней техники движений, речевой регуляции).
10. Физиологические особенности тренировки силы мышц динамическими и статическими (изометрическими) нагрузками.
11. Взрывная сила и её физиологические механизмы.
12. Особенности скоростно-силовых качеств в разных видах спорта.
13. Композиция мышц и их аэробная выносливость. Физиологические основы тренировки периферических (мышечных) механизмов аэробной выносливости. Взаимосвязь генетических и средовых факторов в развитии периферических механизмов аэробной выносливости.
14. Физиологические основы предсоревновательного этапа тренировки.
15. Биоритмы и адаптация. Десинхроноз и его физиологическая характеристика.
16. Физиологическая характеристика образа жизни современного человека (гипокинезия, интенсификация производства, ускорение темпов жизни, психоэмоциональные перегрузки, нерациональное питание и др.).
17. Влияние физической активности на резервы физиологических функций. Общие физиологические закономерности использования физических нагрузок для улучшения состояния здоровья.
18. Детский, подростковый и юношеский возраст. Двигательная активность как необходимый фактор развития, увеличения функциональных возможностей растущего организма.
19. Физиологическая характеристика физического воспитания в дошкольных коллективах: оздоровительная гимнастика, ходьба и бег, раннее плавание, подвижные игры и т. д.
20. Физиологическая характеристика занятий физической культурой в школьных коллективах. Обоснование величины оптимальной двигательной активности и методики использования физических упражнений.
21. Возрастные закономерности и механизмы адаптации юных спортсменов под влиянием спортивной тренировки, физиологические основы дозирования тренировочных нагрузок.
22. Факторы, лимитирующие спортивную работоспособность женщин. Влияние больших физических нагрузок на организм спортсменок.
23. Перестройка гормональной активности и функционального состояния всех систем организма в различные фазы менструального цикла.
24. Влияние на спортивную работоспособность женщин фаз менструального цикла: менструальной, постменструальной, овуляторной, постовуляторной и предменструальной.

25. Индивидуализация тренировочного процесса с учетом фаз ОМЦ. Физиологические основы построения тренировочных микро- и мезоциклов у спортсменов.

Рубежный контроль раздела 9:

форма рубежного контроля – контрольная работа

РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является **дифференцированный зачет, экзамен**, который проводится в **устной** форме.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Содержание компетенции (части компетенции)	Результаты обучения	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
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	Знать: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения, - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы	Этап формирования знаний

		<p>регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - структуру построения занятий, формы и способы планирования; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию, классификацию, принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и способы оценки результатов обучения; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;- средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки.</p>	
--	--	---	--

		<p>Уметь: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение, подбирать методику проведения на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей</p>	<p>Этап формирования умений</p>
--	--	--	---------------------------------

		<p>гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p>	
		<p>Владеет опытом: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков</p>	<p>Этап формирования навыков и получения опыта</p>

		физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.	
ОПК – 9.	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	Знает: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля, методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в	Этап формирования знаний

		ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.	
		<p>Умеет: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; -</p>	Этап формирования умений

		интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС.	
		Владеет: - проведением антропометрических измерений; - применением методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализом биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владеет приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применением методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контролем за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применением базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведением тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализом и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС.	Этап формирования навыков и получения опыта
ПК-3	Способен использовать в процессе спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные мероприятия с учетом специфики вида спорта, возраста и пола обучающихся, в том числе с применением методик спортивного массажа.	ПК – 3.1. Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на этапах спортивной подготовки, физиологии и гигиены спорта, режимы тренировочной работы, предельные тренировочные нагрузки, объем индивидуальной спортивной подготовки.	Этап формирования знаний
		ПК-3.2. Проводить с обучающимися тренировки на основе комплекса специальных упражнений, соответствующих	Этап формирования умений

		специфике вида спорта, с целью развития технической подготовки	
		ПК – 3.3. Проведение с обучающимися тренировок на основе комплекса общеразвивающих и специальных упражнений с использованием различных отягощений и тренажерных устройств, Проведение с обучающимися тренировки на основе комплекса специальных упражнений, соответствующих специфике вида спорта, с целью развития технической подготовки, Подготовка обучающихся к выполнению нормативов спортивного разряда не ниже кандидата в мастера спорта России, по игровым видам спорта – не ниже первого спортивного разряда, Обеспечение безопасности при проведении занятий по общей физической подготовке на этапах подготовки.	Этап формирования навыков и получения опыта

4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатель оценивания компетенции	Критерии и шкалы оценивания
ОПК-1; ОПК-9; ПК-3	Этап формирования знаний.	Теоретический блок вопросов. Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал	1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок: (9-10] баллов; 2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения: [8-9) баллов;

			<p>3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала: (6-8) баллов;</p> <p>4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки: [0-6] баллов.</p>
ОПК-1; ОПК-9; ПК-3	Этап формирования умений	<p>Аналитическое задание (<i>рефераты, контрольные работы, доклады</i>)</p> <p>Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений</p>	<p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией: (9-10] баллов;</p> <p>2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании: [8-9) баллов;</p>
ОПК-1; ОПК-9; ПК-3	Этап формирования навыков и получения опыта.	<p>Аналитическое задание (<i>рефераты, контрольные работы, доклады</i>)</p> <p>Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.</p>	<p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению: (6-8) баллов;</p> <p>4) практические задания, задачи выполняет с большими затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания: [0-6] баллов.</p>

4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Теоретический блок вопросов:

Модуль 1.

1. Современные представления о строении и функции мембран. Механизмы транспорта веществ через клеточную мембрану.
2. Мембранно-ионная теория происхождения потенциала покоя. Ионные градиенты и их роль в создании мембранного потенциала.
3. Современные представления о механизмах возникновения импульсного возбуждения (потенциала действия) и местного возбуждения (локального ответа).
4. Современные представления о строении скелетных мышц. Сократительные и регуляторные белки, механизм мышечного сокращения.
5. Функции нервов. Классификация, строение и проведение возбуждения по нервным волокнам. Законы проведения возбуждения по нервам.
6. Строение, классификация, функции и механизм передачи информации через химический синапс. Особенности синаптической передачи.
7. Механизм передачи возбуждения через электрический синапс. Отличия от химического.
8. Физиология рецепторов. Понятие о рецепторном и генераторном потенциалах. Адаптация рецепторов.
9. Роль центральной нервной системы в приспособительной деятельности организма. Принцип нервного импульса. Нейрон как структурная и функциональная единица ЦНС. Классификация и строение нейронов.
10. История развития рефлекторной теории. Рефлекторная дуга соматического и вегетативного рефлексов.
11. Пространственная и временная суммация в нервных центрах. Оклюзия и центральное облегчение.
12. Явление последействия и тонус нервных центров.
13. Процесс торможения в ЦНС. Виды торможения в центральной нервной системе.
14. Общие принципы координирующей деятельности ЦНС: дивергенция, конвергенция, принцип обратной связи. Принцип доминанты. Свойства доминантного очага.
15. Центральная регуляция двигательной активности.
16. Общая схема центральной регуляции вегетативных функций.
17. Симпатический и парасимпатический отделы вегетативной нервной системы. Их взаимоотношение. Понятие о вегетативном тоне и балансе. Локализация низших центров симпатического и парасимпатического отделов вегетативной нервной системы.
18. Гипоталамус, как высший подкорковый центр в регуляции вегетативных функций, интеграции соматического и вегетативного компонента адаптивных реакций. Его роль в формировании эмоций и мотиваций.
19. Неокортекс и лимбическая система в обеспечении вегетативного ответа. Роль лимбической системы в формировании эмоций, мотиваций, организации памяти.
20. Функциональное значение, классификация и механизм действия гормонов. Железы внутренней секреции и диффузная эндокринная система.
21. Система гипоталамус - нейрогипофиз. Эффекторные гормоны нейрогипофиза.
22. Система гипоталамус- аденогипофиз. Релизинг факторы гипоталамуса и их роль в регуляции образования гормонов аденогипофиза. Тропные гормоны аденогипофиза. Эффекторные гормоны аденогипофиза.

23. Йодсодержащие гормоны щитовидной железы и их роль в регуляции обмена веществ, роста и развития организма.
24. Глюкокортикоиды в регуляции функций организма. Их роль в адаптации и стрессе.
25. Значение симпатoadреналовой системы в адаптивных реакциях организма. Гормоны мозгового вещества надпочечников.
26. Мужские и женские половые гормоны, и их роль в регуляции обмена веществ и функций организма.
27. Гормональная регуляция уровня кальция в крови.
28. Альдостерон и ангиотензин II в регуляции водно-солевого обмена.
29. Понятие о системе крови. Основные функции крови. Состав и количество крови у человека. Кровь как часть внутренней среды организма.
30. Плазма крови. Значение белков плазмы крови.
31. Реакция крови. Ацидоз и алкалоз. Буферные системы крови. Функциональная система поддержания pH крови.
32. Строение, количество и функции эритроцитов. Гемолиз эритроцитов. СОЭ и факторы, влияющие на неё.
33. Нервно-гуморальные механизмы регуляции эритропоэза.
34. Гемоглобин, его виды, количество и соединения с газами. Цветной показатель крови.
35. Лейкоциты, их виды, количество, понятие о лейкоцитозе и лейкопении. Классификация лейкоцитов. Лейкоцитарная формула. Функции отдельных групп лейкоцитов.
36. Понятие об иммунитете. Иммуный ответ. Иммунитет как регуляторная система.
37. Группы крови. Система АВО. Правила переливания крови. Кровозамещающие растворы.
38. Система резус фактора. Резус конфликт матери и плода.
39. Процесс свертывания крови и его значение. Современные представления об основных факторах, участвующих в свертывании крови. Коагуляционный гемостаз.
40. Механизмы сосудисто-тромбоцитарного гемостаза. Роль сосудистой стенки и тромбоцитов в его осуществлении.
41. Антисвертывающие механизмы крови. Система фибринолиза. Факторы, ускоряющие и замедляющие скорость свертывания крови.
42. Тромбоциты, их строение, количество и функция.
43. Современные представления о строении и функции мембран. Механизмы транспорта веществ через клеточную мембрану.
44. Мембранно-ионная теория происхождения потенциала покоя. Ионные градиенты и их роль в создании мембранного потенциала.
45. Современные представления о механизмах возникновения импульсного возбуждения (потенциала действия) и местного возбуждения (локального ответа).
46. Современные представления о строении скелетных мышц. Сократительные и регуляторные белки, механизм мышечного сокращения.
47. Функции нервов. Классификация, строение и проведение возбуждения по нервным волокнам. Законы проведения возбуждения по нервам.
48. Строение, классификация, функции и механизм передачи информации через химический синапс. Особенности синаптической передачи.
49. Механизм передачи возбуждения через электрический синапс. Отличия от химического.
50. Физиология рецепторов. Понятие о рецепторном и генераторном потенциалах. Адаптация рецепторов.
51. Роль центральной нервной системы в приспособительной деятельности организма. Принцип нервного взаимодействия. Нейрон как структурная и функциональная единица ЦНС. Классификация и строение нейронов.
52. История развития рефлекторной теории. Рефлекторная дуга соматического и вегетативного рефлексов.
53. Пространственная и временная суммация в нервных центрах. Окклюзия и центральное облегчение.
54. Явление последействия и тонус нервных центров.

55. Процесс торможения в ЦНС. Виды торможения в центральной нервной системе.
56. Общие принципы координирующей деятельности ЦНС: дивергенция, конвергенция, принцип обратной связи. Принцип доминанты. Свойства доминантного очага.
57. Центральная регуляция двигательной активности.
58. Общая схема центральной регуляции вегетативных функций.
59. Симпатический и парасимпатический отделы вегетативной нервной системы. Их взаимоотношение. Понятие о вегетативном тоне и балансе. Локализация низших центров симпатического и парасимпатического отделов вегетативной нервной системы.
70. Гипоталамус, как высший подкорковый центр в регуляции вегетативных функций, интеграции соматического и вегетативного компонента адаптивных реакций. Его роль в формировании эмоций и мотиваций.
71. Неокортекс и лимбическая система в обеспечении вегетативного ответа. Роль лимбической системы в формировании эмоций, мотиваций, организации памяти.
72. Функциональное значение, классификация и механизм действия гормонов. Железы внутренней секреции и диффузная эндокринная система.
73. Система гипоталамус - нейрогипофиз. Эффекторные гормоны нейрогипофиза.
74. Система гипоталамус- аденогипофиз. Релизинг факторы гипоталамуса и их роль в регуляции образования гормонов аденогипофиза. Тропные гормоны аденогипофиза. Эффекторные гормоны аденогипофиза.
75. Йодсодержащие гормоны щитовидной железы и их роль в регуляции обмена веществ, роста и развития организма.
76. Глюкокортикоиды в регуляции функций организма. Их роль в адаптации и стрессе.
77. Значение симпатоадреналовой системы в адаптивных реакциях организма. Гормоны мозгового вещества надпочечников.
78. Мужские и женские половые гормоны, и их роль в регуляции обмена веществ и функций организма.
79. Гормональная регуляция уровня кальция в крови.
80. Альдостерон и ангиотензин II в регуляции водно-солевого обмена.
81. Понятие о системе крови. Основные функции крови. Состав и количество крови у человека. Кровь как часть внутренней среды организма.
82. Плазма крови. Значение белков плазмы крови.
83. Реакция крови. Ацидоз и алкалоз. Буферные системы крови. Функциональная система поддержания pH крови.
84. Строение, количество и функции эритроцитов. Гемолиз эритроцитов. СОЭ и факторы, влияющие на неё.
85. Нервно-гуморальные механизмы регуляции эритропоэза.
86. Гемоглобин, его виды, количество и соединения с газами. Цветной показатель крови.
87. Лейкоциты, их виды, количество, понятие о лейкоцитозе и лейкопении. Классификация лейкоцитов. Лейкоцитарная формула. Функции отдельных групп лейкоцитов.
88. Понятие об иммунитете. Иммуный ответ. Иммунитет как регуляторная система.
89. Группы крови. Система АВО. Правила переливания крови. Кровозамещающие растворы.
90. Система резус фактора. Резус конфликт матери и плода.
91. Процесс свертывания крови и его значение. Современные представления об основных факторах, участвующих в свертывании крови. Коагуляционный гемостаз.
92. Механизмы сосудисто-тромбоцитарного гемостаза. Роль сосудистой стенки и тромбоцитов в его осуществлении.
93. Антисвертывающие механизмы крови. Система фибринолиза. Факторы, ускоряющие и замедляющие скорость свертывания крови.
94. Тромбоциты, их строение, количество и функция.
95. Автоматия сердца. Особенности мембранного потенциала клеток водителей ритма. Сопряжение возбуждения и сокращения.
96. Строение проводящей системы сердца. Скорость проведения возбуждения по сердцу. Нарушения проводимости.

97. Физиологические свойства и особенности сердечной мышцы.
98. Цикл работы сердца и его фазы. Значение клапанов в движении крови по сердцу.
99. Гетерометрическая и гомеометрическая саморегуляция сердца.
- Интракардиальные рефлексy.
100. Экстракардиальные рефлексy сердца. Значение сосудистых рефлексогенных зон в регуляции деятельности сердца.
101. Гуморальная регуляция сердца. Эндокринная функция сердца.
102. Факторы, определяющие движение крови по сосудам. Объемная и линейная скорость кровотока. Линейная скорость движения крови в разных отделах сосудистого русла.
103. Кровяное давление и его виды (систолическое, диастолическое, пульсовое, среднее, центральное и периферическое, артериальное и венозное). Факторы, определяющие величину артериального давления.
104. Морфофункциональная характеристика основных компонентов микроциркуляторного русла. Особенности капиллярного кровотока. Транскапиллярный обмен и определяющие его факторы. Значение фильтрации и реабсорбции в обмене жидкостью между кровью и тканями.
105. Особенности венозного кровотока. Вспомогательные факторы, обеспечивающие движение крови по венам.
106. Миогенные, нервно-рефлекторные и нервно-гуморальные механизмы регуляции регионарного кровотока.
107. Кратковременные, промежуточные и долговременные по времени действия механизмы в регуляции системной гемодинамики.
108. Состав, значение, движение и образование лимфы.

Модуль 2

109. Значение дыхания для организма. Основные процессы дыхания. Респираторные и нереспираторные функции легких. Дыхательный цикл.
110. Биомеханика внешнего дыхания. Силы эластического и неэластического сопротивлений легких и грудной клетки. Роль отрицательного давления в межплевральном пространстве.
111. Значение процессов конвекции и диффузии в поддержании постоянства состава альвеолярного воздуха.
112. Обмен газов между альвеолярным воздухом и кровью. Факторы, определяющие его эффективность. Диффузионная способность легких. Отношения между кровотоком и вентиляцией в легких.
113. Транспорт кислорода кровью. Кривые диссоциации оксигемоглобина. Факторы, влияющие на образование и диссоциацию оксигемоглобина. Кислородная емкость крови.
114. Транспорт углекислого газа кровью. Значение карбоангидразы.
115. Дыхание при физической нагрузке, повышенном и пониженном давлении. Защитные дыхательные рефлексy.
116. Значение разных отделов ЦНС в регуляции дыхания. Механизм центрального дыхательного ритма.
117. Влияние на частоту и глубину дыхания газового состава крови. Роль центральных и периферических хеморецепторов в регуляции дыхания.
118. Значение рецепторов легких (растяжения, ирритантных, юкстаальвеолярных) в регуляции дыхания.
119. Механизм первого вдоха новорожденного.
120. Физиологические механизмы формирования голода и насыщения. Пищевая мотивация.
121. Сущность и значение пищеварения. Функции пищеварительного тракта. Типы пищеварения.
122. Межпищеварительная (периодическая) активность желудочно-кишечного тракта.
123. Пищеварение в полости рта. Механическая и химическая обработка пищи. Состав и свойства слюны. Регуляция слюноотделения.
124. Пищеварение в желудке. Секреторная деятельность желудка. Состав желудочного сока. Моторная функция желудка.

125. Фазы желудочного сокоотделения. Анализ кривых желудочного сокоотделения.
126. Состав и значение поджелудочного сока. Регуляция поджелудочного сокоотделения.
127. Печень и её функции. Состав и свойства желчи. Функции желчи. Регуляция желчеобразования и желчевыделения.
128. Физиологическая роль надэпителиального слоя слизи. Защитные и агрессивные факторы желудочного сока.
129. Полостное и пристеночное пищеварение.
130. Переваривание и всасывание белков в желудочно-кишечном тракте.
131. Переваривание и всасывание углеводов в желудочно-кишечном тракте.
132. Переваривание и всасывание жиров в желудочно-кишечном тракте.
133. Моторная функция тонкой кишки, виды движений. Регуляция моторной функции кишечника.
134. Витамины, физиологическая роль основных групп витаминов. Гипо- и авитаминозы.
135. Калорическая ценность разных питательных веществ. Прямая и непрямая калориметрия. Дыхательный коэффициент. Основной и валовый обмен энергии.
136. Обмен углеводов. Функциональная система поддержания уровня глюкозы в крови.
137. Обмен белков. Полноценное и неполноценное белковое питание. Азотистое равновесие, положительный и отрицательный баланс азота. Регуляция обмена белка.
138. Обмен жиров и его регуляция.
139. Физиологическая роль воды в организме. Регуляция водного обмена.
140. Температура тела человека. Терморегуляция.
141. Физиологические основы рационального питания. Теория сбалансированного и полноценного питания. Нормы потребления питательных веществ.
142. Температура тела человека, её суточные колебания. Физическая и химическая терморегуляция. Роль отдельных органов в теплопродукции. Теплоотдача.
143. Нефрон как структурная и функциональная единица почки. Механизмы образования первичной мочи. Факторы, обуславливающие клубочковую фильтрацию.
144. Значение канальцевой реабсорбции и секреции в образовании конечной мочи. Поворотнo-противоточная система петли Генле.
145. Регуляция мочеобразования, роль нервной системы и гормонов.
146. Врожденные и приобретенные виды поведенческих реакций. Отличия условных и безусловных рефлексов. Правила образования условного рефлекса. Дуга условного рефлекса.
147. Торможение условных рефлексов. Виды безусловного и условного торможения.
148. Типы высшей нервной деятельности животных и человека. Их классификация, характеристика и методики определения.
149. Первая и вторая сигнальные системы. Физиологические механизмы формирования речи у человека.
150. Память, ее виды и механизмы.
151. Механизмы, виды и фазы сна. Активный и пассивный сон. Медленный и быстрый сон.
152. Общее понятие об адаптации и стрессе.
153. Оптическая система глаза. Аномалии рефракции глаза. Современные представления о механизмах восприятия света и цвета.
154. Слуховой анализатор. Восприятие силы и частоты звука. Теории восприятия звуков. Бинауральный слух.
155. Обонятельный анализатор. Рецепторный, проводниковый и корковый отделы анализатора. Классификация запахов, теория их восприятия.
156. Мотивации и эмоции в обеспечении поведенческих реакций. Их значение в целенаправленной деятельности человека.

Физиология спорта

157. Классификация физических упражнений.
158. Физиологическая характеристика циклической работы субмаксимальной мощности.
159. Физиологическая характеристика циклической работы максимальной мощности.

160. Физиологическая характеристика циклической работы большой мощности
161. Физиологическая характеристика циклической работы умеренной мощности.
162. Физиологическая характеристика ациклических движений. Скоростно-силовые и собственно-силовые упражнения. Изменение функций вегетативных органов.
163. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности: предстартовое (стартовое) состояние. Формы проявления предстартового состояния. Пути коррекции предстартового состояния.
164. Физиологическая характеристика разминки. Общая и специальная разминка.
165. Физиологическая характеристика процесса вработывания. Гетерохронность. Энергообеспечение.
166. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности. Устойчивое состояние. "Истинное" и "ложное" устойчивое состояние. "Мертвая точка", "Второе дыхание".
167. Физиологическое состояние организма в процессе спортивной деятельности. Утомление. Биологический смысл. Фазы утомления.
168. Утомление. Механизм развития утомления. Роль различных уровней регулирования в развитии утомления. Борьба с утомлением.
169. Физиологическая характеристика процессов восстановления. Средства, ускоряющие восстановление.
170. Влияние внешних условий на Физическую работоспособность в условиях Среднегорья.
171. Механизмы адаптации к физическим нагрузкам в различных условиях среды. Изменение функции органов в условиях Крайнего Севера.
172. Механизмы адаптации к физическим нагрузкам в различных условиях среды. Работоспособность в условиях жаркого климата.
173. Физиологические основы тренировки юных спортсменов. Совершенствование координации движений. Развитие силы, быстроты, выносливости.
174. Временные связи – физиологическая основа формирования двигательного навыка. Стадии формирования двигательного навыка. Устойчивость сохранения вегетативного и мышечного компонентов двигательного навыка.
175. Морфофункциональные изменения органов и систем при гиподинамии.
176. Физиологические механизмы оздоровительного влияния физической культуры на организм человека.
177. Физиологические основы управления движениями на уровне спинного мозга, стволовых центров регуляции, коры больших полушарий.
178. Здоровый образ жизни. Физическая культура — фактор ЗОЖ. Дозирование физической нагрузки.

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата/магистратуры/специалитета в Российском государственном социальном университете и Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для зачета с оценкой, экзамену.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)

5.1.1. Основная литература

1. Капилевич, Л. В. Физиология человека. Спорт: учебное пособие для вузов / Л. В. Капилевич. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 141 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09793-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490267>

2. Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 1 организм человека, его регуляторные и интегративные системы: учебник для академического бакалавриата / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 447 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-3976-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/497802>

3. Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 2 опорно-двигательная и висцеральные системы: учебник для академического бакалавриата / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 372 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-3869-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/507815>

5.1.2. Дополнительная литература

1. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры: учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 224 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04492-8. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492669>

5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от	http://biblioclub.ru/

		ведущих российских издательств	
2.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся учебной дисциплины «Физиология человека» (Модуль " Блок 1.") предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров, лабораторных/практических занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения учебной дисциплины и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы учебной дисциплины, доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского/лабораторного типа

При подготовке и работе во время проведения лабораторных работ и занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского/лабораторного типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач лабораторной работы/практического занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач, ознакомление с правилами техники безопасности при работе в лаборатории;

- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной учебной программой тематики.

Обработка, обобщение полученных результатов лабораторной работы проводится обучающимися самостоятельно или под руководством преподавателя (в зависимости от степени сложности поставленных задач). В результате оформляется индивидуальный отчет. Подготовленная к сдаче на контроль и оценку работа сдается преподавателю. Форма отчетности может быть письменная, устная или две одновременно. Главным результатом в данном случае служит получение положительной оценки по каждой лабораторной работе/практическому занятию. Это является необходимым условием при проведении рубежного контроля и допуска к экзамену. При получении неудовлетворительных результатов обучающийся имеет право в дополнительное время пересдать преподавателю работу до проведения промежуточной аттестации.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Более подробная информация о самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы по дисциплине (Модуль «Блок 1.»)», «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (Модуль «Блок 1.»)».

5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.

5.4.2. Программное обеспечение

1. Операционная система: Astra Linux SE или Windows 7
2. Пакет офисных программ: LibreOffice или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic
3. Справочная система Консультант+
4. Okular или Acrobat Reader DC
5. Ark или 7-zip
6. SKY DNS
7. TrueConf (client)

5.4.3. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес

1.	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам по всем отраслям знаний от ведущих российских издательств	http://biblioclub.ru/
2.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru	Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов	http://elibrary.ru/
3.	Образовательная платформа Юрайт	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.	https://urait.ru/
4.	База данных "EastView"	Полнотекстовая база данных периодических изданий	https://dlib.eastview.com
5.	Электронная библиотека "Grebennikon"	Библиотека предоставляет доступ более чем к 30 журналам, выпускаемых Издательским домом "Гребенников".	https://grebennikon.ru/

5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для изучения учебной дисциплины *«Физиология человека»*, Модуль "Блок 1." в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» используются:

Учебная аудитория для занятий лекционного типа оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроjectionное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), а также наглядными пособиями (12 пособий - мышечная система, 15 - внутренние органы, 10 - с различными нозологиями, 10 - строение анализаторов), муляжами (2 – скелета, набор всех костей, 2 муляжа – головной мозг, 3 муляжа – сердце, 1 муляж – желудок, 1 муляж – мочевой пузырь, 1 муляж – почка и др.), схемами – большого и малого круга кровообращения, 2-ва световых микроскопа (с препаратами) и др.

По теме «Физиологические основы формирования двигательных навыков» проводятся лабораторные занятия в **лаборатории факультета физической культуры**, оснащенной специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроjectionное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), а также специализированным лабораторным оборудованием (приборы, компьютеры, системные блоки, бумага, лист А4).

По теме «Физиологическое обоснование принципов и планирования тренировки» проводятся лабораторные занятия в **лаборатории РГСУ**, оснащенной специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроjectionное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), а также специализированным лабораторным оборудованием (компьютеры, планшеты, приборы, бумага, лист А4).

Учебная аудитория для занятий семинарского типа: оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроекционное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), а также наглядными пособиями (12 пособий - мышечная система, 15 - внутренние органы, 10 - с различными нозологиями, 10 - строение анализаторов), муляжами (2 – скелета, набор всех костей, 2 муляжа – головной мозг, 3 муляжа – сердце, 1 муляж – желудок, 1 муляж – мочевой пузырь, 1 муляж – почка и др.), схемами – большого и малого круга кровообращения, 2-ва световых микроскопа (с препаратами) и др.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

5.6. Образовательные технологии

При реализации учебной дисциплины *«Физиология человека» Модуль " Блок 1."* применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение учебной дисциплины *«Физиология человека», Модуль " Блок 1"* предусматривает использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий в форме разбора конкретных ситуаций, психологических тренингов в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

При освоении учебной дисциплины *«Физиология человека» Модуль " Блок 1."* предусмотрено применением электронного обучения.

Учебные часы дисциплины *«Физиология человека», Модуль " Блок 1."* предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках учебной дисциплины *«Физиология человека»* предусмотрены встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых связана с *направленностью "Физкультурное образование» реализуемой* основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1	Утверждена и введена в действие решением Ученого Совета факультета физической культуры на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. №940 и приказом Министерства науки и высшего образования от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные образовательные стандарты высшего образования»	Протокол заседания Ученого совета факультета № 10 от «01» июня 2022 года	01.09.2022