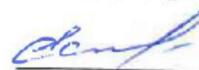


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Романчук Иван Сергеевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 30.03.2022 10:24:37
Уникальный программный ключ:
6319edc2b582ffdacea443f01d5

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Институт физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

 /Е.А. Симонова/
01 июня 2020

Анатомо-физиологические основы двигательной деятельности
Рабочая программа
для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура,
профиль: «Физическая культура и спорт»
формы обучения: очная и заочная

Назмутдинова В.И., Шатилович Л.Н. Анатомо-физиологические основы двигательной деятельности. Рабочая программа для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль: «Физическая культура и спорт», формы обучения: очная и заочная. Тюмень, 2020.

Рабочая программа дисциплины (модуля) опубликована на сайте ТюмГУ: Анатомо-физиологические основы двигательной деятельности [электронный ресурс] / Режим доступа: <https://www.utmn.ru/sveden/education/#>.

© Тюменский государственный университет, 2020.

© Назмутдинова В. И., Шатилович Л. Н., 2020.

1. Пояснительная записка

Цели и задачи освоения дисциплины (модуля). Любому тренеру и педагогу для успешной профессиональной деятельности необходимо знание анатомии и физиологии человека и закономерностей морфофункциональных изменений организма при адаптации к двигательной деятельности, что позволит управлять развитием физических качеств, сохранением здоровья детей и взрослых, поддержанием работоспособности в зрелом и пожилом возрасте, рациональному использованию мышечных нагрузок в процессе физического воспитания и спортивной тренировки.

Цель преподавания дисциплины: изучение анатомо-физиологических закономерностей функционирования клеток, органов, систем и организма человека в целом в условиях физиологического покоя и в процессе адаптации к физическим нагрузкам оздоровительной и спортивной направленности.

Задачи изучения дисциплины:

-усвоение знаний о единстве строения и функции различных тканей, органов, систем с позиций их регуляции, а также специфичности структуры, кровоснабжения, метаболизма и энергообеспечения;

- формирование представления об организме, как едином целом, который осуществляет жизнедеятельность при морфофункциональном единстве взаимодействия субклеточных структур, клеток, тканей, органов, физиологических и функциональных систем, объединённых по иерархическому принципу;

- усвоение физиологической характеристики состояний организма при спортивной деятельности и закономерностей спортивной тренировки;

- изучение возрастных, половых и индивидуальных различий морфофункционального состояния и физических способностей человека для обоснования норм и характера двигательной активности в оздоровительной и спортивно - массовой работе.

В процессе обучения бакалавры овладевают комплексом знаний и практических умений. Сформированные представления о физиологических реакциях организма при спортивной деятельности позволят будущему тренеру учитывать их влияние на спортивную работоспособность, планировать тренировочные нагрузки при подготовке спортсмена к соревнованиям в разных условиях с учетом характера адаптации. Освоенные базовые методы своевременной диагностики функционального состояния, физической работоспособности и соматического здоровья человека, позволят повысить эффективность физкультурно-оздоровительной деятельности, содействовать сохранению и укреплению здоровья.

Приобретенные знания будут полезны в педагогической и тренерской работе для проведения занятий, направленных на развитие навыков здорового образа жизни у различных контингентов населения.

Краткое содержание дисциплины (модуля): остеология, миология, внутренние органы.

1.1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Данная дисциплина (модуль) входит в блок Б1 Дисциплины (модули), дисциплины обязательной части.

1.2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины (модуля)

Код и наименование компетенции	Планируемые результаты обучения: (знаниевые/функциональные)
<p>ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учётом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>Знает возрастные анатомо-морфологические особенности опорно-двигательного аппарата, кардиореспираторной системы, физической работоспособности, динамическую морфологию, физиологическую характеристику нагрузки спортивных движений</p>
	<p>Знает закономерности влияния физической нагрузки на организм; механизмы развития утомления и восстановления; физиологическое обоснование принципов спортивной тренировки</p>
	<p>Знает методы диагностики и оценки морфо-функционального состояния для коррекции величины нагрузки в соответствии с поставленными задачами</p>
	<p>Умеет планировать содержание занятий с учётом анатомо-морфологических особенностей занимающихся разного возраста и пола.</p>
	<p>Умеет выбирать методы оценки морфофункционального состояния человека: проводить функциональные пробы, оценивающие влияние физической нагрузки на кардиореспираторную систему, проводить оценку физического развития, физической работоспособности с учетом возраста, пола, занимающегося физической культурой и спортом для оптимизации планирования спортивной и оздоровительной тренировки</p>
	<p>Умеет анализировать результаты исследования морфофункционального состояния, интерпретировать и применять их для планирования спортивной и оздоровительной тренировки</p>
<p>ОПК-2 - Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</p>	<p>Знает: Теоретические основы методов и этапов спортивного отбора и ориентации по материалам рекомендованной литературы и научно-методических публикаций.</p>
	<p>Умеет: диагностировать морфо-функциональное состояние спортсмена апробированными методами, оценивать эффективность спортивной тренировки и прогнозировать резервы спортивной работоспособности для спортивного отбора.</p>
<p>ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности,</p>	<p>Знает принципы, задачи медико-биологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, методы оценки физического развития, функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола</p>
	<p>Знает антропометрические точки для измерения длинотных, охватных размеров тела, принципы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека</p>

психического состояния занимающихся	Применяет диагностику морфо-функционального состояния организма с целью контроля и повышения эффективности тренировочного процесса в оздоровительной физической культуре и спорте. Умеет с помощью методов экспресс-диагностики определить степень развития утомления и протекание восстановительных процессов.
	Умеет интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

Очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Часов в семестре		
			1	2	3
Общая трудоемкость	зач. ед.	13	4	4	5
	час	468	144	144	180
Из них:					
Часы аудиторной работы (всего):		210	64	66	80
Лекции		64	16	18	30
Практические занятия		146	48	48	50
Лабораторные / практические занятия по подгруппам		0	0	0	0
Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося		222	80	78	100
Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен)			Экзамен	Зачет	Экзамен

Таблица 1.1

Заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Часов в семестре		
			1	2	3
Общая трудоемкость	зач. ед.	13	4	4	5
	час	468	144	144	180
Из них:					
Часы аудиторной работы (всего):		44	8	10	26
Лекции		16	2	4	10
Практические занятия		28	6	6	16
Лабораторные / практические занятия по подгруппам			0	0	0
Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося		402	127	130	145
Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен)			Экзамен	Зачет	Экзамен

3. Система оценивания

3.1. При проведении текущего контроля по дисциплине используются ситуационные задания, тестирование, практическое задание, контрольные работы, коллоквиум, реферат.

Ситуационное задание – задание, выполняемое студентами по результатам пройденной теории, включающие в себя применение данных теоретических знаний на практике.

Критерии оценки:

- соответствие выполненного задания поставленным задачам;
- соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания;
- уровень владения материалом задания при ответах на вопросы.

Варианты ситуационных заданий:

1. Анализ научных источников по теме, предложенной преподавателем.
2. Ситуационные задачи по теме «Кости, система скелета (остеология). Соединения костей».
3. Ситуационные задачи по теме «Скелет туловища».
4. Ситуационные задачи по теме «Введение в миологию».
5. Ситуационные задачи по теме «Мышцы туловища».
6. Самодиагностика физического развития.
7. Диагностика форм ног, головы, грудной клетки.
8. Ситуационные задачи по теме «Кости черепа (краниология). Соединение костей черепа. череп в целом».
9. Ситуационные задачи по теме «Спланхнология. пищеварительная система».
10. Ситуационные задачи по теме «Спланхнология. дыхательная система».
11. Ситуационные задачи по теме «Спланхнология. Мочеполовая система системы».
12. Ситуационные задачи по теме «Центральная нервная система».
13. Ситуационные задачи по теме «Сердечно-сосудистая система. лимфоидная система».
14. Ситуационные задачи по теме «Периферическая нервная система. спинномозговые нервы».
15. Ситуационные задачи по теме «Периферическая нервная система. спинномозговые нервы».
16. Ситуационные задачи по теме «Периферическая нервная система. черепные нервы. автономная (вегетативная) нервная система».
17. Ситуационные задачи по теме «Органы чувств»

Тестирование – процедура измерения уровня знаний и обучающегося с помощью совокупности стандартизированных заданий.

Система оценивания результатов тестирования:

- 86-100 % правильных ответов от общего числа тестовых заданий - (высокий уровень) - «отлично»;
- 76-85 % правильных ответов - (продвинутый уровень) — «хорошо»;
- 61-75 % правильных ответов - (пороговый уровень) — «удовлетворительно»;
- ниже 50 % правильных ответов (низкий уровень) — «неудовлетворительно».

Практическое задание - форма организации учебного процесса, предполагающая выполнение студентами по заданию и под руководством преподавателя одной или нескольких практических работ; содержит упражнения и задачи, студент должен выполнить наглядно-действенно - то есть практически манипулируя реальными предметами или заменителями.

Примерные практические задания:

1. Введение в остеологию. Световая микроскопия. Ткани человека: костная хрящевая.
2. Определение формы грудной клетки.
3. Определение формы черепа.

Контрольная работа - процедура измерения уровня знаний, умений с помощью вопросов в письменной форме. Для подготовки студент использует лекции, основную и дополнительную учебную литературу. *Критерии оценки:* содержательность, соответствие теме, своевременность выполнения задания.

Студенты, успешно освоившие учебный материал дисциплины, получившие по итогам текущего контроля (контрольные работы, тестирование) положительные оценки (3, 4, 5), получают оценку за экзамен, соответствующую итоговому среднему баллу: зачет - 1 семестре, 2 семестр - экзамен. При условии, что у них отсутствуют пропуски занятий без уважительных причин.

Студенты, имеющие пропуски занятий без уважительных причин и не сдавшие контрольные работы и тестирование, сдают экзамен в форме собеседования по контрольным вопросам учебной дисциплины.

Студенты, обучающиеся по индивидуальному графику, получают индивидуальное задание: выполнение контрольной работы по дисциплине, семинарских занятий (анатомических зарисовок в альбоме), в конце семестра (после выполнения самостоятельных заданий) при собеседовании с преподавателем оценивается уровень знаний студента и выставляется итоговая оценка (зачтено или оценка).

Студенты заочного обучения получают задания на второй семестр: письменно выполняют один вариант контрольной работы.

Студенты, успешно освоившие учебный материал дисциплины, получают оценку за экзамен (1, 3 семестры) или зачёт (2 семестр), соответствующую итоговому среднему баллу, при условии отсутствия пропусков занятий без уважительных причин, сдаче контрольных работ, тестирования (1 семестр), реферата (1).

Студенты, имеющие пропуски занятий без уважительных причин и не отработавшие пропущенные занятия, не сдавшие, тестирование и реферат (1 семестр) и контрольные работы, сдают экзамен в форме собеседования по контрольным вопросам учебной дисциплины.

Практическое задание на занятии, работа на учебной встрече, устный ответ, выполнение семинаров в альбомах (анатомические рисунки, составление схем, таблиц в соответствии с содержанием тем учебных встреч), выполнение интерактивных упражнений, контрольная работа, реферат, тест.

Примерная тематика контрольных работ.

Вопросы к контрольной работе №1

1. Функции скелетных мышц человека.
2. Признаки, использованные для образования названий мышц.
3. Внешнее и внутреннее строение мышцы как органа.
4. Функциональное значение вспомогательного аппарата мышц.
5. Факторы, влияющие на подъемную силу мышцы.
6. Анатомический и физиологический поперечник мышц.
7. Мышцы-синергисты и антагонисты. Односуставные и многосуставные мышцы.
8. Виды работы мышц. Тонус мышц.
9. Возрастные и половые особенности мышечной системы.
10. Состояние мышечной системы при занятиях физической культурой и спортом.
11. Мышцы, поднимающие и опускающие пояс верхней конечности. Места начала и прикрепления этих мышц.
12. Мышцы, отводящие плечо. Место расположения, места начала и прикрепления дельтовидной и большой грудной мышц.
13. Супинация и пронация плеча. Место расположения, места начала и прикрепления широчайшей мышцы спины и трехглавой мышцы плеча.
14. Сгибание и разгибание плеча. Место расположения, места начала и прикрепления трапециевидной и двуглавой мышцы плеча.

15. Функции, место расположения, места начала и прикрепления плечевой, передней зубчатой, ромбовидных мышц.
16. Мышцы, производящие движения в локтевом суставе. Место расположения, места начала и прикрепления круглого пронатора, грудино-ключично-сосцевидной, подключичной мышц.
17. Сгибание и разгибание кисти. Место расположения, места начала и прикрепления локтевой, плечелучевой, длинной мышц.
18. Мышцы, участвующие в образовании стенок подмышечной впадины.
19. Место расположения, места начала и прикрепления лучевого и локтевого сгибателей запястья и поверхностного сгибателя пальцев.
20. Сгибание и разгибание бедра в тазобедренном суставе. Места начала и прикрепления подвздошно-поясничной, большой ягодичной мышц.
21. Отведение и приведение бедра в тазобедренном суставе. Место расположения, места начала и прикрепления мышцы-натягивателя широкой фасции бедра, грушевидной, четырехглавой мышцы бедра.
22. Супинация и пронация бедра. Место расположения, места начала и прикрепления двуглавой мышцы бедра, полуперепончатой и полусухожильной мышц.
23. Функции, место расположения, места начала и прикрепления портняжной, трехглавой мышцы голени.
24. Сгибание и разгибание голени. Место расположения, места начала и прикрепления тонкой, подошвенной, подколенной мышц.
25. Мышцы, участвующие в пронации и супинации голени. Мышцы подколенной ямки.
26. Мышцы, производящие движения в голеностопном суставе и суставах стопы.
27. Топографические образования (сосудистая и мышечная лакуна, бедренный треугольник, приводящий канал, подколенная ямка), проекция мышц нижней конечности.
28. Мышцы, удерживающие продольный и поперечный своды стопы.
29. Мышцы, сгибающие шейный и поясничный отделы позвоночного столба.
30. Мышцы, разгибающие позвоночный столб. Места начала и прикрепления мышц спины среднего слоя.
31. Функции, места начала и прикрепления мышц спины глубоких слоев.
32. Собственные мышцы грудной клетки. Функции, строение и положения диафрагмы.
33. Мышцы брюшного пресса. Функции, места начала и прикрепления. Мышечные стенки брюшной полости.
34. Дыхательные мышцы. Основные, вспомогательные и косвенные мышцы, производящие вдох и выдох.
35. Мышцы, производящие наклоны позвоночного столба в сторону и его скручивание.
36. Мышцы, работающие при переходе из положения, лежа на спине в положение сидя.
37. Слабо защищенные места брюшной стенки (места образования грыжи).
38. Образование белой линии живота и влагалища прямой мышцы живота.
39. Мимические мышцы головы и глазничной области лица.
40. Мимические мышцы области рта, области носа и области ушной раковины.
41. Мышцы, производящие движения нижней челюсти. Места начала и прикрепления височной и жевательной мышц.
42. Мышцы, поднимающие и опускающие подъязычную кость.
43. Мышцы, осуществляющие движения головы.

1

Вопросы к контрольной работе № 2

1. Паренхиматозные и полые внутренние органы. Строение стенки полых внутренних органов.
2. Проекция на поверхность тела органов грудной и брюшной полостей.
3. Функции, место расположение, проекция, топография, макро – и микростроение крупных пищеварительных желез.
4. Характеристика пищеварительной системы: функции, расположение органов, проекция внутренних органов на поверхность тела.

5. Строение полости рта. Железы полости рта.
6. Глотка: отделы, строение, отверстия, лимфоидное кольцо Пирогова.
7. Пищевод: положение, части, места сужения, строение стенок.
8. Желудок: местоположения, проекция на переднюю стенку живота, части и отделы, строение стенки, железы.
9. Тонкая кишка: отделы, проекция на поверхность тела, строение стенки, особенности пищеварения и механизм всасывания компонентов пищи.
10. Толстая кишка: отделы, строение оболочек стенки, особенности пищеварения и механизм всасывания компонентов пищи.
11. Строение печени, образования в воротах печени, проекция на поверхность тела, «чудесная сеть», функции печени.
12. Функциональное значение желчного пузыря, его строение.
13. Поджелудочная железа: отделы, местоположение, функции.
14. Строение брюшины и ее образования.
15. Отличительные черты тонкой и толстой кишки.
16. Характеристика системы органов дыхания: функции, местоположение органов, проекция органов на поверхность тела.
17. Носовая полость: особенности строения дыхательной и обонятельной областей слизистой оболочки, миндалина полости носа.
18. Органы верхних дыхательных путей. Строение полости носа.
19. Гортань: местоположение, отделы, строение голосового аппарата, механизм голосообразования, хрящи и их соединения, мышцы гортани.
20. Трахея и бронхи: особенности строения стенки, местоположение и топография.
21. Морфологическая и функциональная характеристики легких.
22. Строение структурной единицы легкого – ацинуса.
23. Строение оболочки легкого – плевры.
24. Корень легкого, ворота легкого, реберно-диафрагмальный синус.
25. Органы средостения.
26. Характеристика мочеполовой системы: функции, местоположение органов, проекция органов на поверхность тела, отличительные черты мужской и женской мочеполовой системы.
27. Почки: местоположение, оболочки, ворота почки, структурная единица почки, кровоснабжение почки, образование первичной и вторичной мочи.
28. Мочеточники и мочевой пузырь: строение стенки, местоположение, части.
29. Мочеиспускательный канал, половые отличия в строении, топография.
30. Внутренние и наружные мужские половые органы: строение яичка, семявыносящие и семявыбрасывающие протоки, предстательная железа, строение семенного канатика, мошонка и половой член.
31. Внутренние и наружные женские половые органы: строение матки и маточных труб, яичники, промежность, влагалище, строение молочной железы.

Вопросы к контрольной работе № 3

1. Анатомическая характеристика сердечнососудистой системы: функции, разновидности кровеносных сосудов, строение сосудистых стенок, движение крови по сосудам, форменные элементы и плазма крови.
2. Сердце: топография, форма, внешнее строение, отделы. Входящие и выходящие кровеносные сосуды, строение стенки, клапаны. Проводящая система сердца.
3. Сосуды большого круга кровообращения.
4. Аорта и ее ветви.
5. Кровоснабжение органов головы.
6. Кровоснабжение органов грудной клетки и грудной стенки.
7. Кровоснабжение брюшной стенки и органов брюшной полости.
8. Кровоснабжение верхней конечности.

9. Кровоснабжение нижней конечности.
10. Проекция крупных артерий на поверхность верхней конечности, нижней конечности, шеи, определение их пульсации.
11. Системы вен, по которым происходит отток крови.
12. Система оттока крови по воротной вене.
13. Анатомическая характеристика лимфатической системы.
14. Органы иммунологической защиты организма.
15. Чревное сплетение. Явление нокаута при ударе в область чревного сплетения.

Семестр 1. Вопросы к коллоквиуму (контрольной работе №1)

1. Функции скелетных мышц человека.
2. Признаки, использованные для образования названий мышц.
3. Внешнее и внутреннее строение мышцы как органа.
4. Функциональное значение вспомогательного аппарата мышц.
5. Факторы, влияющие на подъемную силу мышцы.
6. Анатомический и физиологический поперечник мышц.
7. Мышцы-синергисты и антагонисты. Односуставные и многосуставные мышцы.
8. Виды работы мышц. Тонус мышц.
9. Возрастные и половые особенности мышечной системы.
10. Состояние мышечной системы при занятиях физической культурой и спортом.
11. Мышцы, поднимающие и опускающие пояс верхней конечности. Места начала и прикрепления этих мышц.
12. Мышцы, отводящие плечо. Место расположения, места начала и прикрепления дельтовидной и большой грудной мышц.
13. Супинация и пронация плеча. Место расположения, места начала и прикрепления широчайшей мышцы спины и трехглавой мышцы плеча.
14. Сгибание и разгибание плеча. Место расположения, места начала и прикрепления трапециевидной и двуглавой мышцы плеча.
15. Функции, место расположения, места начала и прикрепления плечевой, передней зубчатой, ромбовидных мышц.
16. Мышцы, производящие движения в локтевом суставе. Место расположения, места начала и прикрепления круглого пронатора, грудино-ключично-сосцевидной, подключичной мышц.
17. Сгибание и разгибание кисти. Место расположения, места начала и прикрепления локтевой, плечелучевой, длинной мышц.
18. Мышцы, участвующие в образовании стенок подмышечной впадины.

Семестр 1. Вопросы к контрольной работе № 2.

1. Паренхиматозные и полые внутренние органы. Строение стенки полых внутренних органов.
2. Проекция на поверхность тела органов грудной и брюшной полостей.
3. Функции, место расположение, проекция, топография, макро – и микростроение крупных пищеварительных желез.
4. Характеристика пищеварительной системы: функции, расположение органов, проекция внутренних органов на поверхность тела.
5. Строение полости рта. Железы полости рта.
6. Глотка: отделы, строение, отверстия, лимфоидное кольцо Пирогова.
7. Пищевод: положение, части, места сужения, строение стенок.
8. Желудок: местоположения, проекция на переднюю стенку живота, части и отделы, строение стенки, железы.
9. Тонкая кишка: отделы, проекция на поверхность тела, строение стенки, особенности пищеварения и механизм всасывания компонентов пищи.

10. Толстая кишка: отделы, строение оболочек стенки, особенности пищеварения и механизм всасывания компонентов пищи.
11. Строение печени, образования в воротах печени, проекция на поверхность тела, «чудесная сеть», функции печени.
12. Функциональное значение желчного пузыря, его строение.
13. Поджелудочная железа: отделы, местоположение, функции.
14. Строение брюшины и ее образования.
15. Отличительные черты тонкой и толстой кишки.
16. Характеристика системы органов дыхания: функции, местоположение органов, проекция органов на поверхность тела.
17. Носовая полость: особенности строения дыхательной и обонятельной областей слизистой оболочки, миндалины полости носа.
18. Органы верхних дыхательных путей. Строение полости носа.
19. Гортань: местоположение, отделы, строение голосового аппарата, механизм голосообразования, хрящи и их соединения, мышцы гортани.
20. Трахея и бронхи: особенности строения стенки, местоположение и топография.
21. Морфологическая и функциональная характеристики легких.
22. Строение структурной единицы легкого – ацинуса.
23. Строение оболочки лёгкого – плевры.
24. Корень лёгкого, ворота лёгкого, реберно-диафрагмальный синус.
25. Органы средостения.
26. Характеристика мочеполовой системы: функции, местоположение органов, проекция органов на поверхность тела, отличительные черты мужской и женской мочеполовой системы.
27. Почки: местоположение, оболочки, ворота почки, структурная единица почки, кровоснабжение почки, образование первичной и вторичной мочи.
28. Мочеточники и мочевой пузырь: строение стенки, местоположение, части.
29. Мочеиспускательный канал, половые отличия в строении, топография.
30. Внутренние и наружные мужские половые органы: строение яичка, семявыносящие и семявыбрасывающие протоки, предстательная железа, строение семенного канатика, мошонка и половой член.
31. Внутренние и наружные женские половые органы: строение матки и маточных труб, яичники, промежность, влагалище, строение молочной железы.

Семестр 1. Тематика рефератов (примерная):

1. Адаптация к физическим нагрузкам костной системы (вид нагрузки по выбору студента).
2. Особенности соединений костей при воздействии механических факторов (фактор движения).
3. Биологическая надежность суставов.
4. Физико-механическая характеристика костей и особенности их адаптации к двигательной деятельности.
5. Адаптация мышечной системы к физическим нагрузкам в избранном виде спорта (вид спорта по выбору студента).
6. Топография мышечной силы у лиц различной спортивной ориентации.
7. Мышечная сила и методы измерения силы в спортивной практике.
8. Морфологическая характеристика спортсменов некоторых специализаций (вид спорта по выбору студента).
9. Смещение сердца, диафрагмы и внутренних органов при различных положениях тела.
10. Адаптация к физическим нагрузкам систем обеспечения движения.
11. Адаптация к физическим нагрузкам систем регуляции движений.
12. Влияние спортивных нагрузок на формирование сводов стопы.

13. Особенности развития скелета человека в онтогенезе под влиянием занятий физической культурой и спортом.

Семестр 1. Тестовые задания (примерные):

1. В организме человека различают основные виды тканей: А) Мышечная, соединительная, эпителиальная, нервная Б) Плотноволокнистая, жировая, хрящевая, костная В) Многослойный эпителий, железистый эпителий Г) Ретикулярная ткань

2. Ткань способная возбуждаться и проводить возбуждение, принимать, перерабатывать и передавать информацию называется: А) Мышечной Б) Соединительной В) Эпителиальной Г) Нервной

3. Из ниже перечисленных разновидностей тканей организма человека к мышечной не относится: А) Гладкая мышечная ткань Б) Поперечнополосатая скелетная ткань В) Поперечнополосатая сердечная ткань Г) Кровь

4. Нейрон – это: А) Клетка гладкой мышечной ткани Б) Клетка нервной ткани В) Клетка эпителиальной ткани Г) Клетка соединительной ткани

5. В анатомическом строении длинной кости выделяют следующие части:

А) Надкостница, костномозговая полость, диафиз, проксимальный и дистальный эпифиз Б) Надкостница и костномозговая полость В) Эпифиз Г) Диафиз

6. Надкостница – это: А) Губчатое вещество кости Б) Наружная соединительнотканная оболочка кости В) Компактное вещество кости Г) Плотноволокнистотканная оболочка кости

7. Рост костей в длину происходит за счет деления клеток: А) Надкостницы Б) Апофизов – неокостеневших прослоек хряща между эпифизами и диафизами В) Диафизов Г) Эпифизов

8. Рост костей в толщину происходит за счет деления клеток: А) Остеогенных островков внутри хрящей Б) Наружного плотноволокнистотканевого слоя надкостницы В) Добавочных точек окостенения – апофизов Г) Внутреннего рыхлосоединительнотканного слоя надкостницы

9. Рост трубчатых костей в длину заканчивается к:

А) 21-24 годам Б) 12-15 годам В) 18-29 годам Г) 17-19 годам

10. Непрерывными соединениями костей в организме человека являются:

А) Синдесмозы Б) Синхондрозы В) Синостозы Г) Все варианты верны

11. Суставы – это:

А) Непрерывные соединения костей Б) Полупрерывные соединения костей

В) Прерывные соединения костей Г) Другой вариант ответа

12. К основным элементам сустава относят:

А) Суставные концы костей, покрытые гиалиновыми хрящами Б) Суставная капсула с суставной полостью В) Суставная полость, заполненная синовиальной жидкостью Г) Все варианты верны

13. Диски, мениски, суставные складки, губы, ворсинки – это: А) Основные элементы сустава Б) Элементы непрерывных соединений костей В) Добавочные образования суставов Г) Элементы полупрерывных соединений костей

14. По количеству осей вращения суставы бывают:

А) Одноосные Б) Двухосные В) Трехосные Г) Все варианты верны

15. Скелет человека выполняет следующие функции:

А) Локомоторную и рессорную Б) Опорную и защитную В) Кроветворение и запас минеральных веществ Г) Все варианты верны

2 семестр.

Работа на учебной встрече, практическое задание, устный ответ, конспект, контрольная работа, выполнение творческого задания, самостоятельная работа, презентация, участие в дискуссии, письменный ответ, аналитическая работа, решение задач.

Контрольная работа по теме "Двигательный аппарат".

1. Особенности гладкой и поперечно-полосатой мышечные ткани.
2. Двигательная единица, типы двигательных единиц (морфологические, биохимические, функциональные различия).
3. Структура и функции мотонейрона; синапса; мышечного волокна.
4. Саркомер-единица миофибриллы. Мышечные сократительные белки.
5. Энергетика мышечного сокращения. Пути ресинтеза АТФ в мышцах. Мощность и емкость фосфагенной; гликолитической; кислородной энергосистем.
6. Механизм мышечного сокращения: роль ионов кальция; мостиков миозина; АТФ в сокращении мышцы.

Итоговая контрольная работа по темам "Физиология ЦНС" и "Нервная регуляция вегетативных функций".

1. Нейроны и синапсы ЦНС. 2. Нервный центр и его свойства. 3. Координационные процессы в ЦНС. Принципы координации. 4. Эффекты симпатической и парасимпатической нервной системы. 5. Схема рефлекторной дуги соматического и вегетативного рефлексов.

Контрольная работа/собеседование по теме "Гормональная регуляция физиологических функций"

Влияние двигательной активности на эндокринные функции. Роль желез внутренней секреции в адаптации организма к физическим нагрузкам. 2. Гормоны поджелудочной железы и их роль в регуляции обмена углеводов. 3. Мужские и женские половые гормоны, и их влияние на развитие физических качеств и спортивный результат. 4. Гормоны надпочечников, их физиологические эффекты. 5. Стресс и его фазовая структура. 6. Современные взгляды на механизм развития стресса. Роль гормонов гипоталамуса, гипофиза и надпочечников в механизме развития стресса. 7. Влияние двигательной активности на стрессоустойчивость организма.

Семестр 3.

Работа на учебной встрече, практическое задание, устный ответ, конспект, контрольная работа, выполнение творческого задания, презентация, участие в дискуссии, аналитическая работа, защита лабораторной работы

Вопросы к контрольной работе/собеседованию "Физиология системы крови и дыхания"

1. Система крови и функции крови; 2. Морфология и структура эритроцитов; тромбоцитов; лейкоцитов; 3. Группы крови; 4. Свертывание крови; 5. Буферные системы крови; 6. Гемопоз и его регуляция. 7. Изменения крови при физических нагрузках. 8. Дыхание. Определение. Этапы дыхания. 9. Механизм обмена газов. Транспорт газов кровью и тканевое дыхание. 10. Показатели функции внешнего дыхания в состоянии физиологического покоя и при мышечной работе.

Вопросы к контрольной работе/собеседованию "Физиология кровообращения"

1. Сердечный цикл и его фазовая структура. 2. Показатели деятельности сердца: частота сердечных сокращений, систолический объем крови, минутный объем крови. 3. Особенности метаболизма миокарда. 4. Свойства сердечной мышцы. Автоматия: мембранная природа автоматии, проводящая система сердца. 5. Возбудимость миокарда. Рефрактерный период. 6. Сократимость сердечной мышцы. Закон работы сердца "все или ничего". 7. Регуляция работы сердца: нервная и гуморальная. 8. Изменения сердца спортсмена.

Вопросы к контрольной работе/собеседованию по теме "Физиологические основы формирования двигательных качеств и навыков"

1. Физиологические механизмы развития силы; быстроты; выносливости. 2. Миофибрилярная и саркоплазматическая рабочая гипертрофия скелетных мышц. 3. Физиологические резервы и механизмы развития силы; быстроты; выносливости.

4. Физиологические механизмы формирования двигательных навыков. Стадии формирования двигательного навыка. 5. Роль сознания на разных стадиях формирования двигательного навыка. Соматические и вегетативные компоненты двигательного навыка.

6. Роль спинного мозга в регуляции движений. 7. Роль коры больших полушарий в регуляции движений.

4. Содержание дисциплины

4.1. Тематический план дисциплины

Таблица 2

Очная форма обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Лекции	Практические занятия	Лабораторные / практические	Иные виды контактной работы
1	2	3	4	5	6	7
	1 семестр					
1	Анатомия как наука. Введение в остеологию. Кости и их соединения	6	2	2	0	
2	Анатомия как наука. Клетка, ткани	4	2	2	0	
3	Кости и их соединения.	4	2	2	0	
4	Скелет туловища. Позвоночный столб. Скелет головы	4	2	2	0	
5	Кости скелета туловища и их соединения.	4	2	2	0	
6	Кости скелета головы (череп).	4	2	2	0	
7	Скелет верхней и нижней конечности.	4	2	2	0	
8	Скелет верхней конечности.	4	2	2	0	
9	Скелет нижней конечности.	4	2	2	0	
10	Учение о мышцах. Мышцы верхней конечности	6	2	0	0	
11	Основные понятия по теме «Мышечная система».	6	4	2	0	
12	Мышцы верхней конечности.	4	2	2	0	
13	Мышцы нижней конечности, туловища	4	2	2	0	
14	Мышцы нижней конечности.	4	2	2	0	
15	Семинар Мышцы груди и живота.	4	2	2	0	
16	Мышцы спины. Мышцы головы и шеи.	4	2	2	0	
17	Контрольная работа	4	2	2	0	
18	Общая характеристика систем обеспечения, контроля и регуляции движения.	4	2	2	0	
19	Общая характеристика систем обеспечения движения. Морфология полых и паренхиматозных органов	4	2	2	0	
20	Семинар Строение органов пищеварительной системы.	4	0	4	0	
21	Семинар Строение органов дыхательной системы.	4	0	4	0	
22	Семинар Мочеполовая система.	4	0	4	0	

23	Контрольная работа 2.	4	0	2	0	
24	Лекция. Сердечно-сосудистая система.	4	4	0	0	
25	Семинар Сердечно-сосудистая система. Сердце, сосуды, кровь	6	0	2	0	
26	Семинар Сосуды большого круга кровообращения	6	0	2	0	
27	Семинар Лимфатическая система и органы иммуногенеза.	6	0	2	0	
28	Лекция. Нервная система и анализаторы.	6	2	2	0	
29	Семинар Спинной и головной мозг	4	0	2	0	
30	Семинар Периферическая нервная система.	4	0	2	0	
31	Семинар Учение об органах чувств (сенсорные системы).	4	0	2	0	
32	Семинар Эндокринная система.	2	0	2	0	
33	Консультация	2	0	0	0	2
34	Экзамен	2	0	0	0	2
	Часов в 1 семестре	144	46	64	0	
	2 семестр					
1	Организм и его основные физиологические функции	8	2	2	0	
2	Физиология возбудимых тканей	8	0	2	0	
3	Физиология двигательного аппарата	12	4	8	0	
4	Физиология центральной нервной системы	18	2	6	0	
5	Нервная регуляция вегетативных функций	14	2	2	0	
6	Физиология центральной нервной системы	12	0	2	0	
7	Высшая нервная деятельность	14	0	4	0	
8	Физиология анализаторов	16	2	4	0	
9	Гормональная регуляция физиологических функций	12	2	8	0	
10	Обмен веществ и энергии	14	2	6	0	
11	Терморегуляция и выделение	14	2	4	0	
12	Зачет	2	0	0	0	2
	Часов во 2 семестре	144	18	48	0	
	3 семестр					
1	Физиология дыхания	16	2	4	0	
2	Физиология системы крови	20	4	8	0	
3	Физиология кровообращения	14	4	10	0	
4	Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности	20	4	6	0	
5	Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений	16	0	4	0	
6	Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств	16	2	2	0	

7	Физиологические механизмы и закономерности формирования двигательных навыков	16	2	4	0	
8	Спортивная работоспособность в различных условиях среды	14	2	2	0	
9	Физиологические основы спортивного отбора	16	2	2	0	
10	Гиподинамия и ее влияние на организм человека	14	2	2	0	
11	Физиологические основы оздоровительной физической культуры	14	6	6	0	
12	Консультация	2				2
13	Экзамен	2				2
14	Часов в 3 семестре	180	30	50		
	Итого (часов)	468	64	146	0	

Таблица 2.1

Заочная форма обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (в час.)			Иные виды контактной работы
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные / практические занятия	
1	2	3	4	5	6	7
1	Анатомия как наука. Введение в остеологию. Кости и их соединения	20	0,5	0	0	
2	Анатомия как наука. Клетка, ткани	20	0,5	2	0	
3	Учение о мышцах. Мышцы верхней конечности	20	0,5	0	0	
4	Основные понятия по теме «Мышечная система».	20	0	2	0	
5	Общая характеристика систем обеспечения, контроля и регуляции движения.	18	0,5	0	0	
6	Общая характеристика систем обеспечения движения. Морфология полых и паренхиматозных органов	18	0	2	0	
7	Семинар Спинной и головной мозг	21	0	0	0	
8	Консультация перед экзаменом	2	0	0	0	
9	Экзамен	2	0	0	0	
	Часов в 1 семестре	144	2	6	0	

	2 семестр					
1	Физиология двигательного аппарата	30	2	0	0	
2	Физиология центральной нервной системы	28	2	0	0	
3	Гормональная регуляция функций	28	0	2	0	
4	Физиология двигательного аппарата	28	0	2	0	
5	Физиология центральной нервной системы	28	0	2	0	
6	Зачет	2	0	0	0	2
7	Часов в 2 семестре	144	4	6	0	
	3 семестр					
1	Физиология дыхания	36	2	2	0	
2	Физиология системы крови	36	2	2	0	
3	Физиология кровообращения	36	2	4	0	
4	Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности	34	2	4	0	
5	Физиологические основы оздоровительной физической культуры	34	2	4	0	
6	Консультация	2	0	0	0	2
7	Экзамен	2	0	0	0	2
	Часов в 3 семестре	180	10	16	0	
	Итого (часов)	468	16	28	0	

4.2. Содержание дисциплины (модуля) по темам.

1 семестр.

1. "Анатомия как наука. Введение в остеологию. Кости и их соединения"

Тема 1. **Введение в анатомию.** Исторические этапы развития анатомии как науки. Содержание, цели, задачи, методы исследования, классификации морфологических наук, значение анатомических знаний для спортсменов, основные принципы изучения. Предпосылки развития анатомии в доисторические времена, в эпоху рабовладельчества, феодализма, возрождения, в XVI - XIX в., развитие анатомии как науки в России (XIX-XX вв.). П.Ф. Лесгафт основоположник науки о физической культуре и динамической анатомии. Анатомические аспекты эволюции человека как биологического вида. *Общий обзор организма человека.* Внешние формы человеческого тела; Части и области тела, плоскости тела. Оси тела, асимметрия строения. Анатомическая терминология. Онтогенез человека. Стадии развития организма. Возрастные периоды. *Учение о клетках и тканях.* Элементарные сведения о строении клетки. Ткани. Основные виды (эпителиальные, соединительные, мышечные, нервная) тканей. Организм - как единое целое. Системы органов - исполнения, обеспечения, контроля и регуляции движения. Полые и паренхиматозные органы.

Тема 2. Кости и их соединения.

Пассивная часть опорно-двигательного аппарата. Скелет и его отделы, части. Кость – как орган. Функции, строение костей. Формы костей (длинные, плоские, короткие, смешанные, пневматические, сесамовидные). Особенности строения длинных (трубчатых) костей. Химический состав костей. Физико-механические свойства костей. Функциональные закономерности роста костей. *Учение о соединениях костей.* Прерывные и непрерывные соединения костей. Синдесмозы, синхондрозы, синостозы. Суставы – синовиальные соединения костей. Основные и добавочные образования суставов. Формы суставов. Оси вращения, проходящие через центр головки кости, участвующих в образовании сустава. Степень подвижности суставов. Простые и сложные суставы. Комбинированные суставы. Факторы, влияющие на подвижность соединений костей.

2. "Анатомия как наука. Клетка, ткани"

Анатомическая терминология. Строение клетки человека. Ткани. Органы. Системы органов.

Практические задания:

1. Выучить основные анатомические термины и подготовиться к написанию терминологического диктанта.
2. Зарисовать схематично клетку человека. Обозначить основные органеллы.
3. Зарисовать схематично основные виды тканей. Обозначить межклеточное вещество и специфические клетки тканей.
4. Сформулировать определение понятий «клетка», «ткань», «орган», «система органов».

3. "Кости и их соединения."

I. Анатомический диктант.

II. Практические задания:

1. Изучить строение и функции пассивной части опорно-двигательного аппарата.
2. Составить таблицу «Скелет человека». Отразить в ней основные части, отделы, кости скелета человека.
3. Изучить основные формы костей. На муляже уметь определять форму кости. Проследить взаимосвязь между формой кости и функцией данной кости как органа.
4. Зарисовать строение длинной (трубчатой) кости и отметить основные анатомические образования, используя конспект лекции №1
5. Составить схему «Соединение костей», используя теоретический материал лекции №5 модуля 1.

6. Зарисовать строение простого сустава (плечевого) и отметить основные элементы сустава.

7. Используя конспект лекции и основную литературу, изучить добавочные (вспомогательные) элементы суставов как факторы, способствующие укреплению суставов.

4. "Скелет туловища. Позвоночный столб. Скелет головы"

Скелет туловища. Позвоночный столб. Части скелета туловища. Функции скелета туловища. Функции позвоночного столба. Функциональные изгибы позвоночного столба. Отделы позвоночного столба. Строение позвонка. Особенности строения позвонков различных отделов позвоночного столба. Позвоночный столб как целое. Грудная клетка. Соединение костей туловища. Кости грудной клетки. Истинные, ложные и колеблющиеся ребра. Строение ребра, грудины. Грудная клетка как целое. Соединение позвонков в позвоночном столбе, ребер с грудиной, ребер с позвоночным столбом, позвоночного столба с поясом нижних конечностей и затылочной костью черепа. Скелет человека. Кости мозгового и лицевого черепа. Кости черепа мозгового и кости лица, строение, основные анатомические образования. Череп как целое. Возрастные, половые и индивидуальные особенности черепа. Соединение костей черепа; топографо-анатомические образования лицевого черепа: глазница, носовая и ротовая полости. Ямки и отверстия основания черепа. Контрфорсы. Особенности строения черепа у новорожденного, у мужчины и женщины, у лиц старшего возраста. Размеры и форма черепа.

5. "Кости скелета туловища и их соединения."

Практические задания:

1. Зарисуйте строение грудного позвонка и, используя теоретический материал лекции №6 модуля 1, отметьте основные анатомические образования.
2. На муляжах определите особенности строения и отличительные признаки позвончиков каждого отдела позвоночного столба.
3. Научитесь показывать на скелете человека основные отделы, изгибы позвоночного столба.
4. Используя рисунки в атласе, таблицы, муляжи, лекционный материал лекции, изучите соединения позвонков в позвоночном столбе, соединения позвоночного столба с черепом и тазом.

5. На скелете человека научитесь показывать кости грудной клетки. Дайте название ребрам в зависимости от места прикрепления их передних концов.

6. Зарисуйте грудину и отметьте основные анатомические образования. Изучите строение ребра.

7. Научитесь показывать на живом человеке реберную дугу и межреберный угол.

8. Изучите один из методов определения формы грудной клетки у живого человека.

9. Используя рисунки в атласе, таблицы, муляжи, лекционный материал лекции изучите соединения грудной клетки.

6. "Кости скелета головы (череп)."

Практические задания:

1. Составьте таблицу «Скелет головы», используя теоретический материал лекции. В таблице отразите знание костей черепа и их соединения.

2. На муляже черепа человека научитесь показывать кости мозгового и лицевого черепа, основные анатомические образования, ямки и отверстия основания черепа.

3. Научиться определять и показывать контрфорсы черепа.

4. Изучите возрастные особенности строения черепа.

5. Зарисуйте строение нижней челюсти – единственной подвижной кости черепа. Отметьте основные анатомические образования.

7. "Скелет верхней и нижней конечности. "

Скелет верхней конечности. Кости пояса верхней конечности. Кости свободной верхней конечности. Основные анатомические образования лопатки, ключицы, плечевой, локтевой, лучевой костей. Кости кисти. *Соединение костей верхней конечности.* Грудно-ключичный, акромиально-ключичный, плечевой, локтевой, лучезапястный суставы. Суставы кисти. Кисть как целое. *Скелет нижней конечности.* Кости свободной нижней конечности. Строение и основные анатомические образования тазовой, бедренной, большеберцовой костей. Кости стопы. *Соединение костей нижней конечности.* Крестцово-позвоночный сустав, лобковый симфиз. Тазобедренный сустав. Коленный сустав. Соединение костей голени. Голеностопный сустав. Суставы стопы. *Возрастные, половые и индивидуальные особенности строения таза.* Стопа как целое. Большой и малый таз. Строение женского и мужского таза. Влияние физических нагрузок на формирование таза как целого. Стопа как целое. Своды стопы (продольный и поперечный). Функциональное и анатомическое плоскостопие. Твердая основа стопы.

8. "Скелет верхней конечности."

Практические задания:

1. Изучите на муляже строение лопатки и ключицы. Зарисуйте лопатку и отметьте основные анатомические образования, используя теоретический материал лекции.

2. Изучите строение костей свободной верхней конечности. Зарисуйте плечевую, локтевую и лучевую кости. Отметьте основные анатомические образования. Научитесь показывать кости кисти: Отдел запястье – 1 ряд: ладьевидная, полулунная, трехгранная, гороховидная кости; 2 ряд – трапеция, трапециевидная, головчатая, крючковидная кости; отдел пясть – 5 трубчатых костей; отдел пальцы кисти – фаланги пальцев – 1-й палец – 2 фаланги, 2 – 5-й пальцы – по 3 фаланги.

3. Изучите все соединения верхней конечности и составьте описание по предложенной схеме: 1. Название сустава; 2. Кости, образующие сустав; 3. Форма сустава; 4. Оси вращения; 5. Движения; 6. Связки – тормозящие и направляющие; 7. Особенности сустава – в строении и в функциях.

9. "Скелет нижней конечности."

Практические задания:

1. Изучите на муляже строение тазового пояса. Зарисуйте тазовую кость и отметьте основные анатомические образования, используя теоретический материал лекции №12 модуля 1.

2. Изучите строение свободной нижней конечности. Зарисуйте бедренную, малоберцовую, большеберцовую кости. Отметьте основные анатомические образования.

Рассмотрите и научитесь показывать кости стопы: Отдел предплюсны – пяточная, таранная, ладьевидная, 3 клиновидные, кубовидная кости; отдел плюсны – 5 трубчатых костей; отдел пальцы стопы – фаланги пальцев – 1-й палец – 2 фаланги, 2 – 5-й пальцы – по 3 фаланги.

3. Изучите все соединения нижней конечности и составьте описание по предложенной схеме: 1. Название сустава; 2. Кости, образующие сустав; 3. Форма сустава; 4. Оси вращения; 5. Движения; 6. Связки – тормозящие и направляющие; 7. Особенности сустава в строении и в функциях.

10. "Учение о мышцах. Мышцы верхней конечности"

Тема 3. Учение о мышцах.

Особенности строения, месторасположения скелетных мышц. Формы мышцы. Номенклатура названия мышц. Взаимосвязь между формой и выполняемой функцией мышцы. Классификация мышц. Вспомогательные аппараты мышц. Иннервация мышц. Состояние мышц. Тонус мышц. Факторы, влияющие на силу мышцы. Антагонисты и синергисты. Характеристика работы мышцы. Степень развития мускулатуры. *Мышцы, производящие движения пояса верхней конечности.* Возможные движения пояса верхней конечности. Группы мышц, производящие движения пояса верхней конечности вперед и назад, поднятие и опускание лопатки и ключицы, движения лопатки нижним углом в медиальную и латеральную стороны, круговое движение. Места начала и прикрепления, место положение, функции при различных видах опоры мышц функциональных групп. *Мышцы, производящие движения в плечевом и локтевом суставах.* Возможные движения. Функциональные группы мышц, производящие движения в плечевом и локтевом суставах. Названия, местоположение, место начала и прикрепления, функции при различных видах опоры мышц функциональных групп. *Мышцы, производящие движения в суставах кисти.* Возможные движения. Функциональные группы мышц, производящие движения в лучезапястном суставе и суставах кисти. Названия, местоположение, место начала и прикрепления, функции при различных видах опоры мышц функциональных групп. Мышцы, производящие движения пальцев. Фасции мышц верхней конечности.

11. "Основные понятия по теме «Мышечная система»."

Практические задания:

1. Составьте схему «Классификация скелетных мышц», используя следующие признаки: форма мышцы; мышцы по отношению к суставам; мышцы по расположению в теле человека; мышцы по направлению волокон; мышцы по выполняемой деятельности; мышцы по действию на суставы.

2. Зарисуйте: а) внешнее строение мышцы, указав ее части; б) поперечный разрез мышцы с обозначением мышечных волокон, мышечных пучков, эндомиоцита, перимизиоцита, сосудов, нервов, фасции.

3. На муляжах научитесь показывать мышцы длинные, короткие, широкие, а также направление волокон в них и расположение мышц по отношению к суставам.

4. Рассмотрите состояния мышцы, функционирующей при различных видах опоры; проксимальной; дистальной; оба звена не закреплены

12. "Мышцы верхней конечности."

Практические задания:

1. Выучить названия, местоположения, места начала и прикрепления отдельных мышц функциональных групп (необходимо воспользоваться лекциями, литературой).

2. Научиться показывать в атласе, на муляжах и живом человеке мышцы из функциональных групп и мышцы, принадлежащие по топографическому признаку, плечу, предплечью кисти.

3. На верхней конечности научиться находить основные топографо-анатомические образования: подключичную ямку, подмышечную ямку, локтевую ямку, дельтовидно-грудную борозду, медиальную и латеральную борозды плеча, локтевую и лучевую борозды.

4. Научиться показывать проекции отдельных мышц на поверхность тела живого человека. Контроль знаний мышц - с помощью карточек

13. "Мышцы нижней конечности, туловища"

Мышцы, производящие движения в тазобедренном суставе. Возможные движения. Функциональные группы мышц, производящие движения в тазобедренном суставе. Названия, местоположения, место начала и прикрепления, функции при различных видах опоры мышц функциональных групп. *Мышцы, производящие движения в коленном суставе.* Возможные движения. Функциональные группы мышц, производящие движения в коленном суставе. Названия, местоположение, место начала и прикрепление, функции при различных видах опоры. *Мышцы, производящие движения стопы.* Возможные движения. Функциональные группы мышц, производящие движения стопы. Названия, местоположение, место начала и прикрепления, функции при различных видах. Мышцы, производящие движения пальцев стопы. Фасции мышц нижней конечности. *Мышцы, производящие движения позвоночного столба.* Возможные движения. Функциональные группы мышц, производящие движения позвоночного столба. Названия, местоположение, место начала и прикрепления, функции при различных видах опоры. *Мышцы шеи.* Поверхностные мышцы. Мышцы, прикрепляющиеся к подъязычной кости. Глубоколежащие мышцы. Фасции шеи. *Мышцы живота.* Границы живота, брюшной стенки. Мышцы, участвующие в образовании передней и боковых брюшных стенок (живота). Названия, местоположение, место начала и прикрепления, функции мышц живота. Брюшной пресс. Фасции живота, белая линия живота, пупочное кольцо, паховый канал, бедренный канал. *Дыхательные мышцы.* Функции дыхательных мышц: акт вдоха и выдоха. Движения костей грудной клетки при вдохе и выдохе. Мышцы, производящие вдох и выдох: основные, вспомогательные, косвенные. Строение диафрагмы, ее функции, положение. Анатомические механизмы статики и динамики. Анализ некоторых трудовых и спортивных движений.

14. "Мышцы нижней конечности."

Практические задания:

1. Выучить названия, местоположения, места начала и прикрепления отдельных мышц функциональных групп, приводящих в движение суставы нижней конечности (необходимо воспользоваться лекциями).

2. Научиться показывать в атласе, на муляжах и живом человеке мышцы из функциональных групп и мышцы, принадлежащие по топографическому признаку, бедру, голени, стопе.

3. На нижней конечности научиться находить основные топографо-анатомические образования: сосудистая и мышечная лакуны, бедренный треугольник, приводящий канал, подколенную ямку, синовиальные влагалища сухожилий в области дистального отдела голени и на стопе.

4. Научиться показывать проекции отдельных мышц на поверхность тела живого человека. Контроль знаний мышц глубоких слоев - с помощью карточек.

15. "Семинар Мышцы груди и живота."

Практические задания:

1. Составьте конспект «Мышцы груди» по следующей схеме: название мышцы; местоположение; место начала; место прикрепления; функции. Научитесь показывать эти мышцы в атласе и на живом человеке.

2. Рассмотрите муляж диафрагмы и определите ее сухожильную и мышечную части, отверстия (аортальное, пищеводное, отверстия нижней полой вены) Изучите функции диафрагмы и ее положение у лиц разного возраста и пола.

3. Изучите мышцы, образующие брюшной пресс. Функциональное значение брюшного пресса в актах вдох и выдох. (теоретический материал лекции).

4. Научитесь показывать в атласе (на карточках), на муляжах и живом человеке мышцы шеи (поверхностные и глубокие слои). Контроль знаний - с помощью карточек.

16. "Мышцы спины. Мышцы головы и шеи."

Практические задания:

1. Классифицируйте мышцы спины по тем движениям, в которых они принимают участие (лекция №8, модуль 2).

2. Изучите местоположение мышц спины поверхностного среднего и глубокого слоев (всего 7 слоев).

3. На живом человеке уметь показывать проекцию мышц спины поверхностных слоев.

17. "Контрольная работа "

18. **"Общая характеристика систем обеспечения, контроля и регуляции движения."**

Тема 4. *Общая характеристика систем обеспечения, контроля и регуляции движения.* Системы обеспечения: пищеварительная; дыхательная; мочеполовая; сердечно-сосудистая; лимфатическая; покровная. Морфология полых и паренхиматозных органов. Общий план строения полых органов. Серозные оболочки. Брыжейки. Адвентиции. Брюшина. Плевра. Перикард. Parietalные и висцеральные листки серозной оболочки. Нейрогуморальный путь регуляции движения и состояний организма. Гомеостаз. *Пищеварительная система.* Органы пищеварительной системы: пищеварительный канал и пищеварительные железы. Строение полости рта; глотки; пищевода; желудка; тонкой и толстой кишок. Пищеварительные железы. Слюнные железы. Печень. Поджелудочная железа. Брюшина. *Дыхательная система.* Верхние и нижние дыхательные пути. Строение органов дыхательной системы. Наружный нос, носовая полость, носоглотка, гортань, трахея, бронхи, легкие. Средостения. *Мочеполовая система.* Мочевые и половые органы. Строение мочевых органов: почки, мочеточники, мочевого пузыря, мочеиспускательный канал. Строение женских и мужских половых органов. Развитие систем обеспечения движения в онтогенезе.

19. **"Общая характеристика систем обеспечения движения. Морфология полых и паренхиматозных органов"**

Общая характеристика систем обеспечения движения. Системы обеспечения: пищеварительная; дыхательная; мочеполовая; сердечно-сосудистая; лимфатическая. Морфология полых и паренхиматозных органов. Общий план строения полых органов. Серозные оболочки. Брыжейки. Адвентиции. Брюшина. Плевра. Перикард. Parietalные и висцеральные листки серозной оболочки.

20. "Семинар Строение органов пищеварительной системы."

Практические задания:

1. Составьте схему общего плана строения пищеварительной системы.

2. Изучите строение и функции каждого органа системы. На муляжах, живом человеке научитесь показывать местоположение, проекцию органов.

3. Зарисуйте схематично строения стенки тонкой кишки и стенки толстой кишки. Отметьте основные анатомические образования.

4. На препарате печени научитесь показывать: поверхности, края, связки, борозды, доли, ворота печени. Рассмотрите строение желчного пузыря и определите в нем дно, тело, шейку, проток.

5. Изучите строение поджелудочной железы и определите на препарате ее части.

6. На препаратах, в атласе рассмотрите производные брюшины: связки, сальники, брыжейки.

21. "Семинар Строение органов дыхательной системы."

Практические задания:

1. Составьте схему общего плана строения дыхательной системы.

2. Изучите строение и функции каждого органа системы. На муляжах, живом человеке научитесь показывать местоположение, проекцию органов.

3. На препарате легкого научитесь показывать: поверхности, края, борозды, доли, сегменты, ворота легкого. Определите на живом человеке границы легкого (правого и левого) и границы плевры.

22. "Семинар Мочеполовая система. "

Мочевые и половые органы. Строение мочевых органов: почки, мочеточники, мочевой пузырь, мочеиспускательный канал. Строение женских и мужских половых органов. Развитие систем обеспечения движения в онтогенезе.

23. "Контрольная работа 2."

24. "Лекция. Сердечно-сосудистая система."

Топография и строение сердца. Общие анатомические сведения о сердечно-сосудистой системе: органы; функции; строение артерии, вен, капилляров, клапанов вен; микроциркуляция. Местоположение, границы сердца. Внешнее строение сердца, стенки камеры, скелет сердца. Сосуды входящие и выходящие из сердца. Кровообращение сердца. Проводящая система сердца. *Сосуды большого круга кровообращения.* Аорта: восходящая часть; дуга; аорты; нисходящая часть. Ветви восходящей части аорты. Ветви дуги аорты. Ветви нисходящей части аорты. *Сосуды малого круга кровообращения.* Легочный ствол; правая и левая легочные артерии. Легочные вены. Анастомозы между сосудами кругов кровообращения. Пути оттока крови в организме человека *Лимфатическая система и органы иммуногенеза.* Сосудистое русло. Лимфатические капилляры; лимфатические сосуды; лимфатические стволы; лимфатические протоки, лимфатические узлы. Функции лимфатической системы. Первичные и вторичные органы иммуногенеза: вилочковая железа; миндалины; красный костный мозг; лимфатические узлы; селезенка, лимфоидная ткань органов. Развитие сердечно-сосудистой системы в онтогенезе.

25. "Семинар Сердечно-сосудистая система. Сердце, сосуды, кровь"

Органы сердечно-сосудистой системы. Топография и строение сердца. Общие анатомические сведения о сердечно-сосудистой системе: органы; функции; строение артерии, вен, капилляров, клапанов вен; микроциркуляция.

Местоположение, границы сердца. Внешнее строение сердца, стенки камеры, скелет сердца. Практические задания:

1. На муляже рассмотрите местоположение, границы, внешнее строение сердца (форма, размеры, поверхности, края, борозды, основание, верхушку, левое и правое ушки, сосуды, впадающие в сердце и сосуды, выходящие из сердца).

2. Зарисуйте строение стенки сердца. На рисунке уметь показывать перикард, эпикард, миокард, эндокард. Отдельно зарисуйте клетки миокарда – миокардиоциты.

3. На живом человеке определите проекцию границ сердца на переднюю и заднюю поверхности грудной клетки.

Сосуды входящие и выходящие из сердца. Кровообращение сердца. Проводящая система сердца.

26. "Семинар Сосуды большого круга кровообращения"

Сосуды большого круга кровообращения. Аорта: восходящая часть; дуга; аорты; нисходящая часть. Ветви восходящей части аорты. Ветви дуги аорты. Ветви нисходящей части аорты. *Сосуды малого круга кровообращения.* Легочный ствол; правая и левая легочные артерии. Легочные вены. Анастомозы между сосудами кругов кровообращения. Пути оттока крови в организме человека. *Кровоснабжение организма человека (васкуляризация).*

Практические задания:

1. Составьте схему ветвления артерий большого круга кровообращения.

Аорта

восходящая дуга нисходящая
аорта аорты аорта

2. Научитесь прощупывать пульсацию артерий (плечевой, лучевой, лицевой, поверхностной височной, тыльной артерии стопы и др.) и прижимать в случае необходимости остановки кровотечения. Отработайте навыки определения и подсчета пульса. Подсчитайте пульс в следующих артериях и запишите данные в таблицу: поверхностная височная, лицевая, сонная, плечевая, лучевая, тыльная артерия стопы

3. Изучите пути оттока крови. На таблицах в атласе рассмотрите положения основных венозных сосудов. Составьте конспект по следующей схеме: 1) Путь оттока крови; 2) Название

венозного сосуда; 3) Область тела, от которой собирается кровь данным сосудом; 4) Место впадения данного сосуда.

4. Научитесь показывать на живом человеке проекцию подкожных вен верхней и нижней конечности.

27. "Семинар Лимфатическая система и органы иммуногенеза. "

Сосудистое русло. Лимфатические капилляры; лимфатические сосуды; лимфатические стволы; лимфатические протоки, лимфатические узлы. Функции лимфатической системы. Первичные и вторичные органы иммуногенеза: вилочковая железа; миндалины; красный костный мозг; лимфатические узлы; селезёнка, лимфоидная ткань органов. Развитие сердечно-сосудистой системы в онтогенезе.

28. "Лекция. Нервная система и анализаторы."

Системы регуляции и контроля движения: сенсорные системы, эндокринная система, нервная система. Общие закономерности структуры мозга. Строение ЦНС. Функции. Строение спинного мозга. Строение головного мозга. Виды анализаторов. Проводящие пути ЦНС. Оболочки мозга. *Периферическая нервная система*. Строение нерва. Двенадцать пар черепных нервов; тридцать одна пара спинномозговых нервов. Сплетения: шейное, плечевое, крестцовое, копчиковое. Иннервация органов, частей, поверхностей тела. Вегетативная нервная система. Развитие головного мозга в онтогенезе. Структуры мозга, участвующие в управлении движениями. *Учение об органах чувств (сенсорные системы)*. Основные понятия и их определения (анализаторы, рецепторы, рецепторный аппарат, экстеро-, интеро- и проприорецепторы). Анализаторы. Орган зрения, преддверно-улитковый орган, орган обоняния, орган вкуса, орган тактильной, болевой и температурной чувствительности, двигательный анализатор – строение, функции. Система кожных покровов. Строение кожи. Железы. Кровоснабжение.

29. "Семинар Спинной и головной мозг"

Системы регуляции и контроля движения: сенсорные системы, эндокринная система, нервная система. Общие закономерности структуры мозга. Строение ЦНС. Функции.

Практические задания:

1. Изучите строение спинного мозга. Определите его местоположение и проекцию на позвоночный столб, утолщения, мозговой конус, терминальную нить, переднюю срединную щель, латеральные борозды, корешки спинномозговых нервов, спинномозговые узлы, спинномозговые нервы, «конский хвост». Зарисуйте внешнее и внутреннее строение спинного мозга, обозначьте все его анатомические образования.

2. Изучите на препарате строение головного мозга. Составьте схему строения головного мозга (его основные части). Зарисуйте: переднюю и заднюю поверхности продолговатого мозга; горизонтальный срез мозжечка; поперечный разрез ножек мозга; рельеф коры верхнелатеральной, медиальной и нижней поверхности полушарий мозга.

3. На препарате головного мозга рассмотрите оболочки: твердую, паутинную, сосудистую, подпаутинную, сосудистую, подпаутинное пространство – цистерны, отростки твердой мозговой оболочки.

4. Составьте схему ходов проводящих путей ЦНС: ассоциативных; комиссуральных; проекционных (чувствительных и двигательных).

5. Зарисуйте схему образования спинномозгового нерва и ветвей, отходящих от него. Изучите сплетения передних ветвей спинномозговых нервов (шейное, плечевое, поясничное, крестцовое, копчиковое). Составьте конспект по следующей схеме:

1) Какие спинномозговые нервы образовали данное сплетение;

2) Где это сплетение расположено?

3) Какие крупные ветви отходят от данного сплетения?

4) Какую область иннервирует данное сплетение?

30. "Семинар Периферическая нервная система. "

Периферическая нервная система. Строение нерва. Двенадцать пар черепных нервов; тридцать одна пара спинномозговых нервов. Сплетения: шейное, плечевое, крестцовое,

копчиковое. Иннервация органов, частей, поверхностей тела. Вегетативная нервная система. Развитие головного мозга в онтогенезе. Структуры мозга, участвующие в управлении движениями.

Двигательный анализатор – строение, функции.

31. "Семинар Учение об органах чувств (сенсорные системы). "

Основные понятия и их определения (анализаторы, рецепторы, рецепторный аппарат, экстеро-, интеро- и проприорецепторы). Орган зрения, преддверно-улитковый орган, орган обоняния. Орган вкуса, орган тактильной, болевой и температурной чувствительности

32. "Семинар Эндокринная система."

Основные понятия и их определения (эндокринные железы, гормоны, нейрогуморальная регуляция). Строение эндокринных желез. Эпифиз; гипофиз; щитовидная железа; паращитовидные железы; поджелудочная железа (островки); надпочечники; хромаффинная система; внутрисекреторная часть половых желез.

Развитие желез внутренней секреции в онтогенезе.

Роль эндокринных желез в регуляции мышечной деятельности.

33. "Консультация перед экзаменом"

Консультирование перед экзаменом

34. "Экзамен"

(- темы, изучаемые студентами заочной формы обучения самостоятельно; - темы на заочной форме обучения)

2 семестр

3.2. Содержание дисциплины (модуля) по темам

1. "Организм и его основные физиологические функции"

Предмет и задачи физиологии. Методы физиологических исследований. Физиологические реакции организма. Гомеостаз и адаптация. Системные принципы регуляции физиологических функций. Понятие о возбудимых тканях. Свойства возбудимых тканей. Характеристика раздражителей. Мембранная теория возбуждения.

2. " Организм и его основные физиологические функции"

Вопросы к обсуждению: 1. Методы физиологических исследований. 2. Системные принципы регуляции физиологических функций. 3. Основные понятия физиологии. 4. Свойства возбудимых тканей. 5. Характеристика раздражителей. 6. Транспорт веществ через мембрану.

3. "Физиология возбудимых тканей"

Вопросы к обсуждению: 1. Мембранный транспорт (активный, пассивный). 2. Мембранная теория возбуждения. 3. Потенциал покоя и потенциал действия. 4. Фазные изменения возбудимости ткани.

4. "Физиология двигательного аппарата "

Физиология двигательного аппарата

Понятие о локомоторном аппарате. Гладкая и поперечнополосатая мышечные ткани. Функциональная организация скелетных мышц. Двигательная единица, типы двигательных единиц. Структура и функции мотонейрона, синапса, мышечного волокна.

5. "Физиология двигательного аппарата "

Вопросы к обсуждению: 1. Характеристика мышечной ткани. 2. Двигательная единица (ДЕ). 3. Типы ДЕ. 4. Структура и функции мотонейрона и синапса.

6. "Физиология двигательного аппарата "

Вопросы к обсуждению: 1. Структура мышечного волокна, компоненты и их роль. 2. Механизм мышечного сокращения. 3. Роль ионов кальция, АТФ и мостиков миозина в сокращении. 4. Одиночное мышечное сокращение и тетанус.

7. "Физиология двигательного аппарата "

Структура мышечного волокна. Сократительные белки. Механизм мышечного сокращения. Роль ионов кальция, мостиков миозина, АТФ. Типы мышечного сокращения. Одиночное мышечное сокращение и тетанус.

8. "Физиология двигательного аппарата "

Вопросы к обсуждению: Энергетика мышечного сокращения. Роль АТФ в мышечном сокращении. Пути ресинтеза АТФ в мышцах. Мощность и емкость энергосистем (фосфагенная, гликолитическая, кислородная).

9. "Физиология двигательного аппарата "

Контрольная/собеседование работа по теме "Двигательный аппарат". 1. Особенности гладкой и поперечнополосатой мышечные ткани. 2. Двигательная единица, типы двигательных единиц (морфологические, биохимические, функциональные различия). 3. Структура и функции мотонейрона; синапса; мышечного волокна. 4. Саркомер-единица миофибриллы. Мышечные сократительные белки. 5. Энергетика мышечного сокращения. Пути ресинтеза АТФ в мышцах. Мощность и емкость фосфагенной; гликолитической; кислородной энергосистем. 6. Механизм мышечного сокращения: роль ионов кальция; мостиков миозина; АТФ в сокращении мышцы.

10. "Физиология центральной нервной системы"

Физиология нейронов и синапсов ЦНС. Структура и функции нейронов. Синапсы ЦНС (тормозные и возбуждающие).

Особенности проведения возбуждения в нервных волокнах. Особенности проведения возбуждения в синапсе. Медиаторы, их виды.

Нервные центры и их свойства.

11. "Физиология центральной нервной системы"

Вопросы к обсуждению: 1. Структура и функции нейронов. 2. Синапсы ЦНС (тормозные и возбуждающие). 3. Нервные центры и их свойства. 4. Координационные процессы в ЦНС.

12. "Физиология центральной нервной системы"

Вопросы к обсуждению: 1. Спинной мозг, его проводниковая и рефлекторные функции. 2. Мозжечок – высший подкорковый центр регуляции движений. Практикум.

13. "Физиология центральной нервной системы"

Средний мозг и его роль в формировании двигательных актов. Статические и статокинетические рефлексы.

Мозжечок – высший подкорковый центр регуляции движений. Значение мозжечка в регуляции вегетативных функций. Ретикулярная формация, ее активизирующая и тормозящая функции. Участие ретикулярной формации двигательных актов.

Промежуточный мозг. Ядра таламуса и гипоталамуса. Роль гипоталамуса в регуляции вегетативных функций организма. Кора больших полушарий головного мозга. Структурные особенности коры и проводящих путей. Кортикальная локализация функций. Роль коры больших полушарий в управлении движениями, вегетативной адаптации человека к мышечной деятельности.

14. "Нервная регуляция вегетативных функций"

Соматическая и вегетативная нервная система. Морфологические особенности вегетативной нервной системы. Различия рефлекторной дуги соматического и вегетативного рефлекса. Вегетативные синапсы и их свойства. Эффекты и взаимоотношения симпатической и парасимпатической нервной системы. Адаптационно-трофическая функция вегетативной нервной системы.

15. "Нервная регуляция вегетативных функций"

Вопросы к обсуждению: 1. Различия рефлекторной дуги соматического и вегетативного рефлекса. 2. Вегетативные синапсы и их свойства. 3. Физиологические эффекты и взаимоотношения симпатической и парасимпатической нервной системы. 4. Соматические и вегетативные рефлексы человека

16. "Физиология центральной нервной системы"

Итоговая контрольная работа/собеседование по темам "Физиология ЦНС" и "Нервная регуляция вегетативных функций": 1. Нейроны и синапсы ЦНС. 2. Нервный центр и его свойства. 3. Координационные процессы в ЦНС. Принципы координации. 4.Эффекты симпатической и парасимпатической нервной системы. 5.Схема рефлекторной дуги соматического и вегетативного рефлексов.

17. "Высшая нервная деятельность"

Вопросы к обсуждению: 1Понятие о высшей и низшей нервной деятельности. 2Условные и безусловные рефлексы. 3Механизм и условия образования условных рефлексов. 3Торможение условных рефлексов. Практикум

18. "Высшая нервная деятельность"

1.Типы высшей нервной деятельности. 2. I и II сигнальные системы.3. Особенности работы с детьми различных типов ВНД. 4.Концепция функциональной системы П.К.Анохина. 5.Аналитическая и синтетическая деятельность коры больших полушарий. 6. Интегративные процессы в ЦНС как основа восприятия, внимания, памяти и мышления.7. Функциональная асимметрия мозга и ее роль для спортсмена.

19. "Физиология анализаторов"

Общая схема строения анализаторов. Физиологические закономерности функционирования анализаторов. Висцерорецепторы. Двигательный анализатор. Проприорецепторы костно-мышечной системы. Система альфа- и гамма- мотонейронов.

20. "Физиология анализаторов"

Вопросы к обсуждению:1.Общая схема строения анализаторов. 2.Висцерорецепторы. 3.Двигательный анализатор. 4.Система альфа- и гамма-мотонейронов.

21. "Физиология анализаторов"

Зрительный анализатор. Анатомо-физиологические основы зрительного восприятия. Фоторецепторы. Преломляющие среды глаза. Рефракция и ее аномалии (близорукость и дальнозоркость). Аккомодация. Зрительный нерв, первичные и корковые центры. Центральное и периферическое зрение. Близорукость и спорт. Роль зрительного анализатора в координации движений.

Слуховой анализатор. Функции наружного, среднего и внутреннего уха. Кортиев орган – рецепторная часть слухового анализатора. Проводниковый и корковый отдел слухового анализатора. Восприятие силы, частоты и направления звука. Слух и произвольные мышечные движения.

Вестибулярный анализатор. Строение отолитового аппарата. Нервные центры вестибулярного анализатора. Роль в ориентации тела и произвольных движениях. Анализаторы обоняния и вкуса. Строение и функции. Физиологические механизмы формирования ощущения запаха и вкуса у человека. Тактильный анализатор. Кожные рецепторы. Нервные центры тактильного анализатора.

22. "Гормональная регуляция физиологических функций"

Понятие о гуморальной регуляции организма. Гормоны и их свойства. Железы внутренней секреции, их гипо – и гиперфункция. Органы – мишени. Гипофиз – центральная железа внутренней секреции. Гормоны передней доли гипофиза и их роль в регуляции деятельности других эндокринных желез. Гормоны надпочечников, их физиологические эффекты.

Общий адаптационный синдром по Г.Селье. Современные взгляды на механизм развития стресса. Роль гормонов гипоталамуса, гипофиза и надпочечников в механизме развития стресса.

23. "Гормональная регуляция физиологических функций"

Вопросы к обсуждению:1. Гормоны и их свойства. Механизм действия гормонов.2. Железы внутренней секреции. Проявления гипо – и гиперсекреции гормонов. 3.Гипофиз – центральная железа внутренней секреции.4. Физиологическая роль гормонов щитовидной и паращитовидной желез. 5.Физиологическая роль гормонов вилочковой железы (тимуса), шишковидной железы (эпифиза).

24. "Гормональная регуляция физиологических функций"

Вопросы к обсуждению: 1. Гормоны поджелудочной железы и их роль в регуляции обмена углеводов, жиров и белков. 2. Гормоны надпочечников, физиологические эффекты адреналина; глюкокортикоидов; минералокортикоидов. 3. Мужские и женские половые гормоны, и их влияние на рост, и развитие организма. 4. Анаболический и катаболический эффекты гормонов.

25. "Гормональная регуляция физиологических функций"

Вопросы к обсуждению: 1. Стресс и его фазовая структура. История изучения вопроса. 2. Определение. Фазы стресса. 3. Роль и эффекты адреналина в механизме развития стресса. 4. Роль и эффекты кортикостероидов в механизме развития стресса. 5. Болезни адаптации

26. "Гормональная регуляция физиологических функций"

Контрольная работа/собеседование. Влияние двигательной активности на эндокринные функции. Роль желез внутренней секреции в адаптации организма к физическим нагрузкам. 2. Гормоны поджелудочной железы и их роль в регуляции обмена углеводов. 3. Мужские и женские половые гормоны, и их влияние на развитие физических качеств и спортивный результат. 4. Гормоны надпочечников, их физиологические эффекты. 5. Стресс и его фазовая структура. 6. Современные взгляды на механизм развития стресса. Роль гормонов гипоталамуса, гипофиза и надпочечников в механизме развития стресса. 7. Влияние двигательной активности на стрессоустойчивость организма.

27. "Обмен веществ и энергии"

Взаимосвязь обмена веществ и энергии. Обмен белков и его регуляция. Азотистый баланс и его виды. Особенности обмена белков при мышечной деятельности.

Обмен липидов и его регуляция. Обмен углеводов и его регуляция. Регуляция уровня глюкозы в крови. Углеводный обмен и мышечная работа. Водно-электролитный обмен. Значение и распределение воды в организме. Макро- и микроэлементы. Регуляция водно-электролитного обмена.

Витамины, их виды и значение для организма. Жирорастворимые и водорастворимые витамины. Потребность в витаминах при физических нагрузках.

28. "Обмен веществ и энергии"

Вопросы к обсуждению: 1. Моторная, секреторная, всасывающая функции желудочно-кишечного тракта. 2. Пищеварение в полости рта, в желудке, в кишечнике. 3. Ферменты и их роль в пищеварении белков, жиров и углеводов. 4. Физиологическая роль печени в пищеварении. 5. Работы И.П. Павлова по исследованию пищеварения. 6. Влияние двигательной активности на процессы пищеварения.

29. "Обмен веществ и энергии"

Вопросы к обсуждению: 1. Понятие об обмене веществ и энергии в организме человека. 2. Обмен белков и его регуляция. 3. Обмен липидов и его регуляция.

3. Обмен углеводов и его регуляция. 4. Энергетическая ценность и суточная потребность в белках, жирах и углеводах. Регуляция уровня глюкозы в крови. 5. Обмен белков, жиров и углеводов при двигательной деятельности.

6. Основной обмен и факторы, определяющие его величину. Рабочая прибавка. Обмен энергии при мышечной работе. Определение энергетических затрат

30. "Терморегуляция и выделение"

Механизмы теплопродукции (химическая терморегуляция): сократительный и не сократительный термогенез. Механизмы теплоотдачи (физическая терморегуляция): теплоизлучение, теплопроводение, конвекция, испарение. Роль потовых желез в механизмах отдачи тепла.

Регуляция теплового обмена. Терморепторы. Особенности терморегуляции при мышечной работе. Гипо-, гипертермия и лихорадка. Выделительная функция кожи, желудочно-кишечного тракта, системы дыхания. Нефрон - морфологическая и функциональная единица почки. Роль почек и потовых желез в поддержании гомеостаза.

31. "Обмен веществ и энергии"

Вопросы к обсуждению: 1. Водно-электролитный обмен. Значение и распределение воды в организме. 2. Макро- и микроэлементы. 3. Обмен воды и минеральных веществ в состоянии физиологического покоя и при мышечной деятельности. Регуляция водно-электролитного обмена. 4. Витамины, их виды и значение для организма. Жирорастворимые и водорастворимые витамины. 5. Потребность в витаминах при физических нагрузках.

32. "Терморегуляция и выделение"

Вопросы для обсуждения: 1. Температура тела, - показатель теплообмена. 2. Механизмы теплопродукции: сократительный и не сократительный термогенез. 3. Механизмы теплоотдачи. 4. Особенности терморегуляции при мышечной работе. 5. Адаптация организма к изменениям температурных условий внешней среды при мышечной деятельности. 6. Гипотермия, гипертермия и лихорадка.

33. "Терморегуляция и выделение"

Вопросы для обсуждения: 1. Сущность процессов выделения. Выделительная функция кожи, желудочно-кишечного тракта, системы дыхания. 2. Почки. Нефрон - морфологическая и функциональная единица почки. Особенности кровоснабжения почек. 3. Этапы образования мочи: клубочковая фильтрация и канальцевая реабсорбция. 4. Состав и количество первичной и конечной мочи. Регуляция функции почек в состоянии физиологического покоя и при мышечной работе. 5. Роль почек и потовых желез в поддержании гомеостаза.

34. "Консультация перед экзаменом"

35. "Экзамен"

Примечание: - темы, изучаемые студентами заочной формы обучения самостоятельно

3 семестр.

1. "Физиология дыхания"

Сущность и значение процесса дыхания. Основные этапы дыхания. Вентиляция легких. Механизм вдоха и выдоха. Показатели внешнего дыхания. Спирограмма. Жизненная емкость легких и ее составляющие. Механизм обмена газов. Транспорт газов кровью. Дыхание в тканях. Регуляция дыхания в условиях физиологического покоя и при физических нагрузках. Роль различных отделов ЦНС в регуляции дыхания.

2. "Физиология дыхания"

1. Дыхание. Физиологическая сущность и значение. 2. Основные этапы дыхания. 3. Показатели внешнего дыхания. Спирограмма. 4. Механизм обмена газов. 5. Дыхание в тканях. Лабораторный практикум.

3. "Физиология дыхания"

1. Регуляция дыхания. Роль различных отделов ЦНС в регуляции дыхания. 2. Регуляция дыхания в условиях физиологического покоя и при мышечной работе.

3. Гипоксия. Устойчивость к гипоксии. Лабораторный практикум.

4. "Физиология системы крови"

Кровь и лимфа – внутренняя среда организма. Состав и объем крови, ее функции. Форменные элементы крови. Морфология и функция эритроцитов. Гемоглобин. Морфология и функции лейкоцитов. Лейкоцитарная формула. Гранулоциты, агранулоциты. Гемопоз и его регуляция.

5. "Физиология системы крови"

1. Система крови. 2. Состав и объем крови. 3. Функции крови. 4. Морфология и функция эритроцитов. 5. Морфология и функции лейкоцитов. 6. Лейкоцитарная формула.

6. "Физиология системы крови"

1. Состав плазмы, значение белков и минеральных веществ. 2. Кислотно-щелочное состояние и буферные системы крови. 3. Группы крови и резус фактор. 4. Свертывание крови. 5. Взаимодействие клеток в иммунном ответе.

7. "Физиология системы крови"

Плазма крови и ее физико-химические свойства. Состав плазмы, значение белков и минеральных веществ в поддержании онкотического и осмотического давления плазмы. Белки плазмы крови. Кислотно-щелочное состояние и буферные системы крови. Группы крови и резус фактор. Агглютинация. Переливание крови. Морфология и функции тромбоцитов. Основные этапы свертывания крови. Роль плазменных факторов, тромбоцитов и факторов поврежденной ткани в процессе свертывания. Рабочий гемолиз и эритроцитоз при физических нагрузках. Изменение числа и состава лейкоцитов при физических нагрузках. Фазы миогенного лейкоцитоза.

8. "Физиология системы крови"

1. Система крови при мышечной работе. Изменение в плазме. 2. Закономерности изменения форменных элементов крови. 3. Фазы миогенного лейкоцитоза. 4. Механизмы лейкоцитоза. Решение ситуационных задач.

9. "Физиология системы крови и дыхания"

Контрольная работа/собеседование: 1. Система крови и функции крови; 2. Морфология и структура эритроцитов; тромбоцитов; лейкоцитов; 3. Группы крови; 4. Свертывание крови; 5. Буферные системы крови; 6. Гемопоз и его регуляция. 7. Изменения крови при физических нагрузках. 8. Дыхание. Определение. Этапы дыхания. 9. Механизм обмена газов. Транспорт газов кровью и тканевое дыхание. 10. Показатели функции внешнего дыхания в состоянии физиологического покоя и при мышечной работе.

10. "Физиология кровообращения"

1. Кровообращение. Насосная функция сердца. 2. Сердечный цикл и его фазовая структура. 3. Особенности метаболизма миокарда. 4. Показатели деятельности сердца: частота сердечных сокращений, систолический объем крови, минутный объем крови, артериальное давление. 5. Функциональная организация сосудистой системы. 6. Давление крови в разных отделах сосудистого русла. Физиология микроциркуляции. Объемная и линейная скорости кровотока. 7. Депо крови. Механизмы перераспределения крови.

11. "Физиология кровообращения"

1. Кровообращение. Насосная функция миокарда. Роль клапанного аппарата. 2. Сердечный цикл и его фазовая структура. 3. Особенности метаболизма миокарда. Практикум.

12. "Физиология кровообращения"

1. Показатели деятельности сердца и сосудов в условиях физиологического покоя. 2. Показатели деятельности сердца и сосудов в условиях физической нагрузки. 3. Функциональная организация сосудистой системы. Давление крови в различных отделах. Микроциркуляция. Практикум.

13. "Физиология кровообращения"

1. Функциональные особенности сердечной мышцы. Миокард функциональный синцитий. 2. Свойства сердечной мышцы. 3. Автоматия: мембранная природа автоматии, проводящая система сердца. 4. Физиологические особенности возбудимости миокарда. Экстрасистола и компенсаторная пауза. 5. Особенности проведения возбуждения по миокарду. 6. Сократимость сердечной мышцы. Закон работы сердца "все или ничего". 7. Изменения системы кровообращения при физических нагрузках. Гипертрофия спортивного сердца. 8. Регуляция функции сердца и сосудов.

14. "Физиология кровообращения"

1. Функциональные особенности сердечной и скелетной мышцы. 2. Автоматия: мембранная природа автоматии, проводящая система сердца. 3. Возбудимость миокарда. Биоэлектрические явления в сердце. Электрокардиограмма. 4. Сократимость сердечной мышцы. Закон работы сердца "все или ничего". Практикум.

15. "Физиология кровообращения"

1. Регуляция работы сердца и сосудов. 2. Адаптация ССС к физическим нагрузкам. 3. Сердце спортсмена: дилатации и гипертрофия. Механизмы развития. 4. Возрастные

особенности миокарда.5. Система транспорта кислорода в условиях физиологического покоя и при мышечной деятельности. Решение ситуационных задач. Работа с научными статьями.

16. "Физиология кровообращения"

Контрольная работа/собеседование: 1. Сердечный цикл и его фазовая структура. 2. Показатели деятельности сердца: частота сердечных сокращений, систолический объем крови, минутный объем крови. 3. Особенности метаболизма миокарда. 4.Свойства сердечной мышцы. Автоматия: мембранная природа автоматии, проводящая система сердца. 5.Возбудимость миокарда. Рефрактерный период.6. Сократимость сердечной мышцы. Закон работы сердца "все или ничего".7. Регуляция работы сердца: нервная и гуморальная.8. Изменения сердца спортсмена.

17. "Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности"

Предстартовое состояние организма, формы проявления. Пути коррекции предстартового состояния. Физиологическая характеристика разминки. Общая и специальная части разминки и их значение для повышения работоспособности. Изменение функции организма в процессе вработывания. Закономерности вработывания: гетерохронность, неравномерное усиление функции, энергетическое обеспечение.

Устойчивое состояние (истинное и ложное) по потреблению кислорода. Кислородный запрос, потребление кислорода, кислородный долг.

18. "Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности"

1.Предстартовое состояние организма, формы проявления. 2. Физиологическая характеристика разминки. 3.Закономерности вработывания: гетерохронность, неравномерное усиление функции, энергетическое обеспечение. 4. Устойчивое состояние (истинное и ложное) по потреблению кислорода при циклических упражнениях. Практикум.

19. "Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности"

1.Физиологическая характеристика "мертвой точки" и "второго дыхания". Механизм развития. Проявления.

2. Современные представления о механизмах развития утомления (центральное, периферическое). 3. Особенности утомления при различных видах физических нагрузок (по выбору студента). 3. Характеристика процессов восстановления. 4.Механизмы и закономерности восстановления. 5 Средства, ускоряющие процессы восстановления спортсменов различных видов спорта (по выбору студента).

20. "Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности"

1. Кислородный запрос, потребление кислорода, кислородный долг.2. Физиологическая характеристика "мертвой точки" и "второго дыхания". Механизмы возникновения этих состояний.

3. Физическая работоспособность. Принципы и методы тестирования физической работоспособности. 4.Физиологические факторы, определяющие и лимитирующие работоспособность человека. Резервы физической работоспособности.

5. Утомление, биологический смысл. Компенсированная и некомпенсированная фазы утомления.6. Современные представления о механизмах развития утомления. Особенности утомления при различных видах физических нагрузок.

7. Характеристика процессов восстановления. Закономерности восстановительного периода: гетерохронность, неравномерность, фазность, суперкомпенсация. Средства, ускоряющие процессы восстановления.

21. "Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности"

1. Физическая работоспособность. 2. Принципы и методы тестирования физической работоспособности. 3. Резервы физической работоспособности при различных видах мышечной деятельности. Практикум.

22. "Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений"

Понятие о классификации и ее принципах. Классификация физических упражнений по структуре движений, режиму мышечной деятельности, мощности, длительности выполняемой работы. Физиологическая характеристика циклической работы различной мощности: максимальной, субмаксимальной, большой и умеренной. Энергообеспечение, изменение состава крови, функций дыхания, кровообращения, выделения. Особенности развития утомления.

23. "Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений"

Физиологическая характеристика ациклических упражнений: скоростно-силовых и собственно-силовых. Физиологическая характеристика статических усилий и упражнений, оцениваемых по качеству выполнения. Спортивная художественная гимнастика. Общая характеристика спортивных игр (баскетбол, волейбол, футбол, хоккей с шайбой). Общая характеристика единоборств (бокс, борьба, дзюдо). Упражнения с циклической структурой движений. Легкоатлетический бег (на короткие, средние, длинные дистанции). Бег на коньках. Лыжные гонки. Велосипедный спорт.

24. "Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств"

1. Единство развития физических качеств и формирования двигательных навыков. 2. Физиологические механизмы развития силы, быстроты, выносливости. Генетическая предрасположенность и возрастные периоды развития физических качеств. Развитие силы. Максимальная произвольная сила, силовой дефицит. Физиологические основы тренировки силы. Миофибриллярная рабочая гипертрофия скелетных мышц. 3. Развитие быстроты. Элементарные и комплексные формы проявления быстроты. Мощность – характеристика скоростно-силовых качеств. Взрывная сила и факторы ее определяющие. Физиологические основы развития скоростно-силовых качеств. 4. Развитие выносливости. Виды выносливости. Кислородтранспортная система и аэробная выносливость организма. Саркоплазматическая рабочая гипертрофия скелетных мышц. 5. Ловкость и гибкость, закономерности развития. Информационная лекция.

25. "Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств"

1. Развитие силы. Максимальная произвольная сила, силовой дефицит. 2. Физиологические основы тренировки силы. Миофибриллярная рабочая гипертрофия скелетных мышц. 3. Физиологические резервы и механизмы развития силы. 4. Элементарные и комплексные формы проявления быстроты. 5. Физиологические основы и резервы развития скоростно-силовых качеств. 6. Физиологические основы и резервы развития выносливости. Практикум.

26. "Физиологические механизмы и закономерности формирования двигательных навыков"

1. Физиологические механизмы формирования двигательных навыков. Непроизвольные и произвольные движения. Стадии формирования двигательного навыка. Роль сознания на разных стадиях формирования двигательного навыка. Соматические и вегетативные компоненты двигательного навыка. Физиологическое обоснование принципов обучения спортивной техники.

2. Физиологические принципы управления движениями. Различные уровни регуляции движений: спинальный, супраспинальный. Центральное управление тонусом и фазной активностью. Моторные центры коры больших полушарий.

27. "Физиологические механизмы и закономерности формирования двигательного навыка"

1. Физиологические механизмы формирования двигательных навыков. 2. Закономерности и стадии формирования двигательного навыка. 3. Мышечный и вегетативный компоненты. 4. Основы совершенствования двигательных навыков. 5. Уровни регуляции движений. 6. Моторные центры коры больших полушарий. 7. Роль спинного мозга и коры в регуляции произвольных и непроизвольных движений.

28. "Физиологические основы формирования двигательных качеств и навыков"

Контрольная работа/собеседование: 1. Физиологические механизмы развития силы; быстроты; выносливости. 2. Миофибриллярная и саркоплазматическая рабочая гипертрофия скелетных мышц. 3. Физиологические резервы и механизмы развития силы; быстроты; выносливости.

4. Физиологические механизмы формирования двигательных навыков. Стадии формирования двигательного навыка. 5. Роль сознания на разных стадиях формирования двигательного навыка. Соматические и вегетативные компоненты двигательного навыка.

6. Роль спинного мозга в регуляции движений. 7. Роль коры больших полушарий в регуляции движений.

29. "Спортивная работоспособность в различных условиях среды"

Адаптация к условиям пониженного атмосферного давления. Изменения функций организма в условиях Среднегорья и Высокогорья. Горная акклиматизация. Работоспособность спортсменов во время и после пребывания в условиях Среднегорья.

30. "Спортивная работоспособность в различных условиях среды"

1. Адаптация к физическим нагрузкам и резервные возможности организма. 2. Срочная и долговременная адаптация. 3. Неспецифические и специфические механизмы адаптации. Стресс и его фазы. 4. Работоспособность в условиях низких температур. Изменение механизмов нервно-гуморальной регуляции и функций дыхания, кровообращения, теплообмена, обмена веществ и энергии в условиях Крайнего севера.

5. Адаптация к условиям пониженного атмосферного давления. Изменения функций организма в условиях Среднегорья и Высокогорья. Горная акклиматизация. Работоспособность спортсменов во время и после пребывания в условиях Среднегорья. 6. Гипоксическая тренировка. 7. Влияние высоких температур и влажности окружающей среды на физическую работоспособность организма. 8. Работоспособность организма в условиях водной среды. 9. Биологические ритмы и работоспособность человека.

31. "Физиологические основы спортивного отбора"

Физиологические критерии спортивного отбора и ориентации. Критерии спортивного отбора. Модельные характеристики. Наследуемость морфофункциональных особенностей и проявления физических качеств. Прогностические признаки. Тренируемость.

32. "Физиологические основы спортивного отбора"

1. Периодизация спортивной тренировки. 2. Физиологические критерии спортивного отбора и ориентации. 3. Особенности совершенствования физических качеств на разных этапах тренировки. 4. Особенности дозирования физических нагрузок юных спортсменов. 5. Индивидуально-типологические особенности ВНД. 6. Особенности биоритмов спортсменов и их влияние на работоспособность.

33. "Гиподинамия и ее влияние на организм человека"

1. Гипокинезия, гиподинамия и их влияние на организм человека. 2. Функция двигательного аппарата в условиях гиподинамии. 3. Изменение механизмов регуляции в условиях гиподинамии. 4. Стрессорное влияние факторов среды в условиях современной жизни. Методы регуляции психофизического состояния. 5. Влияние гиподинамии на систему транспорта кислорода (кровь, кровообращение, дыхание). Негативное влияние гиподинамии на обмен веществ и терморегуляцию. Технологии управления массой тела.

34. "Гиподинамия и ее влияние на организм"

Вопросы к обсуждению: 1. Гипокинезия, гиподинамия и их влияние на организм человека. 2. Изменение механизмов регуляции и двигательного аппарата в условиях гиподинамии.

3. Нервно-психическое напряжение, монотонность деятельности и их влияние на организм. 3. Стрессорное влияние факторов среды в условиях современной жизни. 4. Методы регуляции психофизического состояния. 5. Влияние гиподинамии на систему транспорта кислорода (кровь, кровообращение, дыхание). 6. Негативное влияние гиподинамии на обмен веществ и терморегуляцию. 7. Технологии управления массой тела.

35. " Физиологические основы оздоровительной физической культуры"

1. Физиологическая сущность принципов оздоровительной тренировки. 2. Здоровье: современные представления. 3. Оценка здоровья. Соматическое, психологическое и социальное здоровье. Роль ФК в условиях современной жизни. 4. Влияние ФК на механизмы регуляции, устойчивость к стрессорам. 5. Позитивное влияние на систему транспорта кислорода, функцию двигательного аппарата, обмен веществ и терморегуляцию. Обратимость тренирующих эффектов.

36. "Физиологические основы оздоровительной ФК"

1. Современные представления о здоровье. 2. Оценка уровня соматического, психологического и социального здоровья человека. Практикум.

37. Физиологические основы оздоровительной физической культуры"

1. Программы оздоровительной тренировки. 2. Особенности занятий физической культурой детей, подростков, молодежи: оптимальное дозирование физических нагрузок. Общие закономерности роста и развития организма человека. 3. Анатомо-физиологические особенности, функциональные возможности и физическая работоспособность детского организма. 4. Физиологическая характеристика урока физической культуры. Обоснование нормирования нагрузки. 5. Изменение функций организма на уроке ФК. Физиолого-педагогический контроль в процессе занятий оздоровительной ФК.

38. "Физиологические основы оздоровительной ФК"

1. Возрастная периодизация. 2. Сензитивные периоды. 3. Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата, вегетативных и сенсорных систем детей, подростков, юношей. 4. Закономерности адаптации к мышечной работе в оздоровительной ФК. 5. Урок физической культуры. Практикум.

39. " Физиологические основы оздоровительной физической культуры"

1. Возрастная периодизация. Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата, вегетативных и сенсорных систем лиц зрелого и пожилого возраста. 2. Закономерности адаптации к мышечной работе в оздоровительной ФК. 3. Физиологическое обоснование особенностей занятий оздоровительной физической культурой с лицами разного пола, возраста, функционального состояния организма и особенностей профессиональной деятельности. 4. Методы диагностики здоровья и работоспособности. Физиологические основы оздоровительной тренировки женщин. 5. Физиолого-педагогический контроль в процессе занятий оздоровительной ФК.

40. "Физиологические основы оздоровительной ФК"

1. Особенности занятий физической культурой лиц зрелого и пожилого возраста с учетом профессиональной деятельности: оптимальное дозирование физических нагрузок. 2. Физиологические основы оздоровительной тренировки женщин. 3. Физиолого-педагогический контроль в процессе занятий оздоровительной ФК. 4. Физиологическое обоснование оздоровительного влияния на организм человека двигательной деятельности: ходьбы, бега, плавания, аквааэробики, туризма и т.д. (по выбору студента). 5. Физическая культура в рамках производственной деятельности.

41. "Консультация перед экзаменом"

42. "Экзамен"

Примечание: - темы, изучаемые студентами заочной формы обучения самостоятельно

5. Учебно-методическое обеспечение и планирование самостоятельной работы обучающихся

Таблица 3 Очная форма обучения

№	Темы	Формы СРС, включая требования к подготовке к занятиям
1 семестр		
1	Анатомия как наука. Введение в остеологию. Кости и их соединения	Проработка лекций
2	Анатомия как наука. Клетка, ткани	Проработка лекций Практическое задание
3	Кости и их соединения.	Проработка лекций Практическое задание Тестирование
4	Скелет туловища. Позвоночный столб. Скелет головы	Проработка лекций.
5	Кости скелета туловища и их соединения.	Проработка лекций Практическое задание Тестирование
6	Кости скелета головы (череп).	Проработка лекций Практическое задание Тестирование
7	Скелет верхней и нижней конечности.	Проработка лекций.
8	Скелет верхней конечности.	Проработка лекций Практическое задание Тестирование
9	Скелет нижней конечности.	Проработка лекций Практическое задание Тестирование
10	Учение о мышцах. Мышцы верхней конечности	Проработка лекций.
11	Основные понятия по теме «Мышечная система».	Проработка лекций Практическое задание Тестирование
12	Мышцы верхней конечности.	Проработка лекций Практическое задание Тестирование
13	Мышцы нижней конечности, туловища	Проработка лекций.
14	Мышцы нижней конечности.	Проработка лекций Практическое задание Тестирование
15	Семинар Мышцы груди и живота.	Проработка лекций Практическое задание Тестирование
16	Мышцы спины. Мышцы головы и шеи.	Проработка лекций Практическое задание Тестирование
17	Контрольная работа	Контрольная работа
	Реферат	Реферат

18	Общая характеристика систем обеспечения, контроля и регуляции движения.	Проработка лекций
19	Общая характеристика систем обеспечения движения. Морфология полых и паренхиматозных органов	Проработка лекций Практическое задание
20	Семинар Строение органов пищеварительной системы.	Проработка лекций Практическое задание Тестирование
21	Семинар Строение органов дыхательной системы.	Проработка лекций. Практическое задание Тестирование
22	Семинар Мочеполовая система.	Проработка лекций Практическое задание Тестирование
23	Контрольная работа 2.	Контрольная работа
24	Лекция. Сердечно-сосудистая система.	Проработка лекций Практическое задание
25	Семинар Сердечно-сосудистая система. Сердце, сосуды, кровь	Проработка лекций Практическое задание
26	Семинар Сосуды большого круга кровообращения	Проработка лекций Практическое задание Тестирование
27	Семинар Лимфатическая система и органы иммуногенеза.	Проработка лекций Практическое задание Тестирование
28	Лекция. Нервная система и анализаторы.	Проработка лекций
29	Семинар Спинной и головной мозг	Проработка лекций Практическое задание
30	Семинар Периферическая нервная система.	Проработка лекций Практическое задание
31	Семинар Учение об органах чувств (сенсорные системы).	Проработка лекций Практическое задание Тестирование
32	Семинар Эндокринная система.	Проработка лекций Практическое задание
	2 семестр	
1	Организм и его основные физиологические функции	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
2	Организм и его основные физиологические функции	Проработка лекций.
3	Физиология возбудимых тканей	Проработка лекций.
4	Физиология двигательного аппарата	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
5	Физиология двигательного аппарата	Проработка лекций.
6	Физиология двигательного аппарата	Проработка лекций
7	Физиология двигательного аппарата	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
8	Физиология двигательного аппарата	Проработка лекций
9	Физиология двигательного аппарата	Проработка лекций

10	Физиология центральной нервной системы	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
11	Физиология центральной нервной системы	Проработка лекций
12	Физиология центральной нервной системы	Проработка лекций
13	Физиология центральной нервной системы	Проработка лекций
14	Нервная регуляция вегетативных функций	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
15	Нервная регуляция вегетативных функций	Проработка лекций
16	Физиология центральной нервной системы	Проработка лекций
17	Высшая нервная деятельность	Проработка лекций
18	Высшая нервная деятельность	Проработка лекций
19	Физиология анализаторов	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
20	Физиология анализаторов	Проработка лекций
21	Физиология анализаторов	Проработка лекций
22	Гормональная регуляция физиологических функций	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
23-26	Гормональная регуляция физиологических функций	Проработка лекций
27	Обмен веществ и энергии	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
28	Обмен веществ и энергии	Проработка лекций
29	Обмен веществ и энергии	Проработка лекций
30	Терморегуляция и выделение	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
31	Обмен веществ и энергии	Проработка лекций
32	Терморегуляция и выделение	Проработка лекций
33	Терморегуляция и выделение	Проработка лекций
3 семестр		
1	Физиология дыхания	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
2-3	Физиология дыхания	Проработка лекций
4	Физиология системы крови	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
5-6	Физиология системы крови	Проработка лекций
7-8	Физиология системы крови	Чтение обязательной и дополнительной литературы. Проработка лекций
9	Физиология системы крови и дыхания	Проработка лекций
10	Физиология кровообращения	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
11-16	Физиология кровообращения	Проработка лекций Чтение обязательной и дополнительной литературы. Проработка лекций

17	Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
18-19	Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности	Проработка лекций
20	Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
21-23	Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности	Проработка лекций
24	Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
25	Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств	Проработка лекций
26	Физиологические механизмы и закономерности формирования двигательных навыков	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
27	Физиологические механизмы и закономерности формирования двигательного навыка	Проработка лекций
28	Физиологические основы формирования двигательных качеств и навыков	Проработка лекций
29	Спортивная работоспособность в различных условиях среды	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
30	Спортивная работоспособность в различных условиях среды	Проработка лекций
31	Физиологические основы спортивного отбора	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
32	Физиологические основы спортивного отбора	Проработка лекций
33	Гиподинамия и ее влияние на организм человека	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
34	Гиподинамия и ее влияние на организм	Проработка лекций
35	Физиологические основы оздоровительной физической культуры	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
36	Физиологические основы оздоровительной ФК	Проработка лекций
37, 39	Физиологические основы оздоровительной физической культуры	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
38	Физиологические основы оздоровительной ФК	Проработка лекций

Таблица 3.1. Заочная форма обучения

№	Темы	Формы СРС, включая требования к подготовке к занятиям
	1 семестр	
1	Анатомия как наука. Введение в остеологию. Кости и их соединения	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
2	Анатомия как наука. Клетка, ткани	Проработка лекций
3	Учение о мышцах. Мышцы верхней конечности	Чтение обязательной и дополнительной литературы. Практическое задание Тестирование
4	Основные понятия по теме «Мышечная система».	Проработка лекций Практическое задание Тестирование
5	Общая характеристика систем обеспечения, контроля и регуляции движения.	Чтение обязательной и дополнительной литературы. Практическое задание Тестирование
6	Общая характеристика систем обеспечения движения. Морфология полых и паренхиматозных органов	Проработка лекций Критерии оценки: содержательность, соответствие теме
7	Семинар Спинной и головной мозг	Проработка лекций Практическое задание Тестирование
1	Физиология двигательного аппарата	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
2	Физиология центральной нервной системы	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
3	Гормональная регуляция функций	Проработка лекций.
4	Физиология двигательного аппарата	Проработка лекций Практическое задание Тестирование
5	Физиология центральной нервной системы	Проработка лекций Практическое задание Тестирование
	3 семестр	
1	Физиология дыхания	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
2	Физиология дыхания	Проработка лекций
3	Физиология системы крови	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
4	Физиология системы крови	Проработка лекций
5	Физиология кровообращения	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
6-7	Физиология кровообращения	Проработка лекций
8	Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
9	Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности	Проработка лекций

10	Физиологические основы оздоровительной физической культуры	Чтение обязательной и дополнительной литературы.
11	Физиологические основы оздоровительной ФК	Проработка лекций

Требования к подготовке к занятиям

Проработка лекций. предполагает изучение содержания лекции; дополнительные литературные источники по теме лекции.

Критерии оценки: содержательность, соответствие теме.

Чтение обязательной и дополнительной литературы. Предполагает: изучить дополнительные литературные источники по теме лекции; расширить содержание вопросов лекции дополнительными фактами и примерами.

Критерии оценки: содержательность, соответствие теме, своевременность выполнения задания.

Практическое задание предполагает выполнение в альбоме зарисовок, схем, таблиц.
Критерии оценки: своевременность, полнота и правильность выполнения задания.

Тестирование предполагает изучение содержания лекции. *Критерии оценки:* своевременность сдачи. *Оценка теста:* 61-75% - удовлетворительно, 76-85% - хорошо, 86-100% - отлично.

Контрольная работа. Предполагает подготовку с использованием лекций, основной и дополнительной литературы; ответы на вопросы. *Критерии оценки:* содержательность, соответствие теме, своевременность выполнения задания.

Реферат предполагает следующие критерии: полнота и логичность изложения материала в соответствии с реферата; последовательность изложения материала -при докладе владение речью и терминологией; умение иллюстрировать материал конкретными примерами; умение формулировать выводы и делать обобщения; - степень самостоятельности изложения доклада

Контрольная работ. Предполагает: -подготовка с использованием лекций, основной и дополнительной литературы; -ответы на вопросы.

Критерии оценки: содержательность, соответствие теме, своевременность выполнения задания

6. Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю)

6.1. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

Семестр 1.

Промежуточная аттестация по дисциплине предполагает проведение экзамена в форме собеседования.

Студент считается аттестованный, если набрал 61-75 балл - удовлетворительно, 76-90 - хорошо, 91-100 - отлично.

Студенты посещают лекционные и семинарские занятия, выполняют практическую работу (работа с анатомическими муляжами, практические задания, работа с анатомическими карточками по модулям «Костная система», «Мышечная система», «Внутренние органы»), выполняют обучающие тесты, участвуют в коллоквиуме, выполняют анатомические семинарские зарисовки в альбомах задания, выполняют тестовые задания, контрольные работы.

Отработка и повторное изучение дисциплины. Студенты, имеющие по дисциплине баллы, соответствующие оценке (< 35 баллов), могут отработать пропущенные занятия или выполнить семинарские задания самостоятельно. Если количество баллов составит менее 61 балла, студент сдаёт экзамен. Если студента не устраивает сумма баллов к началу

экзаменационной сессии, студент имеет право прийти на экзамен и улучшить итоговую оценку.

Студенты, обучающиеся по индивидуальному графику, получают индивидуальное задание: выполнение контрольной работы, тестовых заданий по дисциплине, семинарских занятий (анатомических зарисовок в альбоме). В конце семестра (после выполнения самостоятельных заданий) при собеседовании с преподавателем оценивается уровень знаний студента и выставляется итоговая оценка.

Итоговая оценка по дисциплине выставляется на основании баллов или по результатам экзаменационной сессии – ответам на экзаменационный билет (три вопроса) при сданных отчетах о семинарских занятиях.

Критерии выставления экзаменационной оценки. 1-3 семестры

Критерии выставления экзаменационной оценки

Оценку «отлично» получает студент, обнаруживший всестороннее, систематическое и глубокое знание теоретического материала по дисциплине на основе материала лекций, основной и дополнительной литературы, показавший умение успешно выполнять практические задания, решать ситуационные задачи, формулируя выводы и объясняя биологические закономерности изучаемых явлений.

Оценку «хорошо» получает студент, обнаруживший прочные знания теоретического материала на основе лекций и обязательной литературы, успешно выполняющий практические задания, имеющий способность к самообразованию в процессе дальнейшей учебы и профессиональной деятельности;

Оценку «удовлетворительно» получает студент, обнаруживший знание теоретического материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справляющийся с выполнением практических заданий, знакомый с основной литературой, рекомендованной программой курса.

Оценка «неудовлетворительно» ставится студенту, обнаружившему пробелы в теоретических знаниях основного учебно-программного материала (не ответившего на вопросы или допустившему принципиальные ошибки в ответах на вопросы и не выполнении предусмотренных программой практических заданий).

Типовые контрольные задания для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

Перечень примерных вопросов для промежуточной аттестации

1 семестр

Вопросы к экзамену

1. Цель, задачи, значение изучения анатомии человека как науки.
2. Основные исторические этапы развития анатомии как науки.
3. Внешние формы человеческого тела
4. Строение клетки. Ткани. Органы. Системы органов.
5. Стадии развития человека. Возрастная периодизация.
6. Кость как орган.
7. Развитие скелета.
8. Фиброзные соединения костей.
9. Хрящевые соединения костей.
10. Строение сустава.
11. Движения суставов. Оси движения.
12. Строение позвоночного столба.
13. Движения позвоночного столба.
14. Грудная клетка.
15. Форма. Размеры и подвижность грудной клетки.
16. Кости мозгового черепа.

17. Кости лицевого черепа.
18. Индивидуальные особенности строения черепа.
19. Кости пояса верхней конечности.
20. Кости свободной верхней конечности.
21. Кости кисти.
22. Структурные изменения костей верхней конечности в зависимости от вида спорта.
23. Суставы верхней конечности.
24. Кости пояса нижней конечности.
25. Кости свободной нижней конечности.
26. Суставы нижней конечности.
27. Стопа как целое.
28. Мышца как орган.
29. Рычаги первого и второго рода.
30. Движение пояса нижней конечности.
31. Движение пояса нижней конечности.
32. Круговые движения пояса верхней конечности.
33. Отведение приведения плеча.
34. Сгибание и разгибание плеча.
35. Пронация и супинация плеча.
36. Круговые движения плеча.
37. Сгибание и разгибание предплечья.
38. Движения в суставах кисти.
39. Верхняя конечность как целое.
40. Движения нижней конечности в тазобедренном суставе.
41. Движения нижней конечности в коленном суставе.
42. Движения нижней конечности в голеностопном суставе.
43. Движения нижней конечности в суставах стопы.
44. Нижняя конечность как целое.
45. Движения позвоночного столба.
46. Мышцы и фасции головы.
47. Органы пищеварительной системы.
48. Органы дыхательной системы.
49. Особенности развития дыхательной системы при различных видах спорта.
50. Органы мочеполовой системы.
51. Органы кровеносной системы.
52. Состав крови.
53. Строение сердца.
54. Топография сердца.
55. Сосуды большого круга кровообращения.
56. Ветви восходящей аорты.
57. Ветви дуги аорты.
58. Ветви нисходящей аорты.
59. Пути оттока крови.
60. Органы лимфатической системы.
61. Морфология селезенки.
62. Железы внутренней секреции.
63. Пищеварительные железы.
64. Строение нервной системы.
65. Строение спинного мозга.
66. Строение головной мозга.
67. Оболочки мозга.
68. Проводящие пути ЦНС.

69. Периферическая нервная система.
70. Строение нерва.
71. Нервные сплетения.
72. Симпатическая и парасимпатическая нервная система.
73. Орган зрения.
74. Преддверно-улитковый орган.
75. Покровы тела.

Перечень примерных вопросов для промежуточной аттестации 2 семестр

Вопросы к зачету

1. Биоэлектрические явления в возбудимых тканях. Свойства возбудимых тканей. Активный и пассивный транспорт веществ через клеточную мембрану.
2. Мембранная теория возбуждения. Мембранный потенциал покоя. Потенциал действия.
3. Медленноутомляемые и быстроутомляемые ДЕ.
4. Структура и функции оргanelл мышечного волокна. Сократительные белки. Структура саркомера.
5. Строение нервно-мышечного синапса. Особенности проведения возбуждения в синапсе. Медиаторы.
6. Механизм мышечного сокращения. Роль ионов кальция, АТФ и мостиков в механизме мышечного сокращения. Типы мышечного сокращения.
7. Энергетика мышечного сокращения. Пути ресинтеза АТФ (анаэробные и аэробный).
8. Координационные процессы в ЦНС. Принципы координации (субординация, сопряжённое торможение, доминанта и т.д.).
9. Нервные центры и их свойства. Синапсы в ЦНС.
10. Строение спинного мозга. Проводниковая и рефлекторная функции спинного мозга. Рефлекторная дуга.
11. Морфологические особенности вегетативной нервной системы. Вегетативные синапсы и их свойства.
12. Вегетативная нервная система. Физиологические эффекты симпатической и парасимпатической нервной системы.
13. Анализатор по И. П. Павлову. Висцерорецепторы. Болевая рецепция. Функция слухового и вестибулярного анализаторов.
14. Строение и функция зрительного анализатора.
15. Понятие об анализаторах. Проприорецепция. Система альфа- и гамма-мотонейронов.
16. Понятие о гуморальной регуляции организма. Гормоны и их свойства. Железы внутренней секреции.
17. Физиологическая роль гормонов щитовидной и паращитовидной желез.
18. Система гипоталамус – гипофиз - надпочечники. Учение Г. Селье об общем адаптационном синдроме.
19. Физиологическая роль гормонов надпочечников и половых желез.
20. Роль поджелудочной железы в регуляции обмена углеводов, белков, липидов.
21. Понятие о высшей нервной деятельности. Условные и безусловные рефлексы. Условия образования условных рефлексов.
22. Сила, уравновешенность, подвижность нервных процессов. Типы ВНД. Особенности педагогической работы с детьми разных типов ВНД.
23. Условные рефлексы. Механизм образования и торможения условных рефлексов. Динамический стереотип.
24. Концепция функциональной системы П.К. Анохина.
25. Пищеварение в полости рта, желудка, кишечника.

26. Всасывание. Ферменты и их роль в переваривании пищи. Влияние мышечной работы на функцию пищеварения.
27. Нефрон - морфо-функциональная единица почки. Механизм мочеобразования.
28. Механизмы теплопродукции. Температура тела – показатель теплообмена. Терморегуляция в условиях физической нагрузки.
29. Механизмы теплоотдачи. Тепловой баланс. Нервные и гуморальные механизмы терморегуляции. Гипо-, гипертермия, лихорадка.
30. Анаболизм и катаболизм. Основной обмен в условиях физиологического покоя и при мышечной работе
31. Обмен липидов и его регуляция.
32. Водорастворимые витамины. Жирорастворимые витамины. Роль для организма.
33. Обмен белков и его регуляция. Азотистый баланс.
34. Обмен углеводов и его регуляция. Обмен липидов и его регуляция.

Перечень примерных вопросов для промежуточной аттестации 3 семестр

Вопросы к экзамену:

1. Система крови. Состав, функция крови. Гемопоз и его регуляция.
2. Строение и функции эритроцитов. Изменение крови при физической нагрузке.
3. Защитные функции крови. Свертывание. Белки и минеральные вещества плазмы.
4. Строение и функции лейкоцитов. Изменение крови при физической нагрузке.
5. Переливание крови. Группы крови. Буферные системы крови.
6. Фазы сердечного цикла. Особенности метаболизма, кровоснабжения и иннервации миокарда.
9. Физиологические особенности миокарда: возбудимость, сократимость, проводимость, автоматия.
10. Показатели функции сердца и сосудов. Нервная и гуморальная регуляция кровообращения.
11. Адаптация миокарда к физической нагрузке. Гипертрофия и дилатация миокарда у спортсменов.
12. Дыхание. Основные этапы дыхания. Клеточное дыхание.
13. Спирограмма. Показатели внешнего дыхания в условиях покоя и физической нагрузки.
14. Механизм обмена газов. Транспорт газов кровью. Внутреннее дыхание. Регуляция дыхания.
15. Физиологическая характеристика циклической работы максимальной и субмаксимальной мощности.
16. Физиологическая характеристика циклической работы большой и умеренной мощности.
17. Физиологическая характеристика ациклических движений. Скоростно-силовые и собственно-силовые упражнения. Изменение функций вегетативных органов.
18. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности: предстартовое (стартовое) состояние. Формы проявления предстартового состояния. Пути коррекции предстартового состояния. Физиологическая характеристика разминки. Общая и специальная разминка.
19. Физиологическая характеристика процесса вработывания. Гетерохронность. Энергообеспечение. Устойчивое состояние. "Истинное" и "ложное" устойчивое состояние. Мертвая точка", "Второе дыхание".
20. Утомление. Биологический смысл. Фазы утомления. Механизмы развития утомления при разных видах мышечной работы. Физиологическая характеристика процессов восстановления. Средства, ускоряющие восстановление.

21. Спортивная работоспособность в условиях измененного барометрического давления.
22. Механизмы адаптации к физическим нагрузкам в различных условиях среды. Изменение функции органов в условиях Крайнего Севера.
23. Спортивная работоспособность в условиях жаркого влажного климата.
24. Физиологические основы тренировки юных спортсменов. Развитие силы, быстроты, выносливости.
25. Временные связи – физиологическая основа формирования двигательного навыка. Стадии формирования двигательного навыка. Мышечный и вегетативный компоненты.
26. Физиологические основы управления движениями на уровне спинного мозга.
27. Физиологические основы управления движениями на уровне коры больших полушарий.
28. Физиологические основы развития силы и быстроты.
29. Физиологические основы развития аэробной выносливости.
30. Физиологические критерии спортивного отбора и ориентации.
31. Физическая работоспособность: принципы и методы тестирования. Факторы, определяющие и лимитирующие работоспособность.
32. Физиологическое обоснование принципов и методов спортивной тренировки
33. Гиподинамия и ее негативные влияния на организм человека.
- 34 Физиологические особенности урока физической культуры. Физиолого-педагогический контроль. Физиологическая кривая урока.
- 35 Физиологические механизмы оздоровительного влияния физической культуры на опорно-двигательный аппарат, нервную систему, обмен веществ и терморегуляцию.
36. Физиологические механизмы оздоровительного влияния физической культуры на систему транспорта кислорода (дыхание, кровообращение, кровь).
37. Анатомо-физиологические особенности, функциональные возможности и физическая работоспособность детского организма. Роль физической культуры на состояние здоровья учащихся.
38. Особенности занятий физической культурой лиц зрелого и пожилого возраста: оптимальное дозирование физических нагрузок.

6.2. Критерии оценивания компетенция:

Таблица 4

Карта критериев оценивания компетенций

№ п/п	Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения	Оценочные материалы	Критерии оценивания
1	ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учётом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологически	Знает возрастные анатомо-морфологические особенности опорно-двигательного аппарата, кардиореспираторной системы, физической работоспособности, динамическую морфологию, физиологическую характеристику нагрузки спортивных движений Знает закономерности влияния физической	Контрольные вопросы по темам	- полнота и логичность изложения материала в соответствии с программой дисциплины; - последовательность изложения материала; - владение речью и терминологией; - умение иллюстрировать материал конкретными примерами; - умение формулировать выводы и делать обобщения;

	х и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	нагрузки на организм; механизмы развития утомления и восстановления; физиологическое обоснование принципов спортивной тренировки Знает методы диагностики и оценки морфо-функционального состояния для коррекции величины нагрузки в соответствии с поставленными задачами Умеет планировать содержание занятий с учётом анатомо-морфологических особенностей занимающихся разного возраста и пола.		- степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов.
			Реферат	- полнота и логичность изложения материала в соответствии с реферата;- последовательность изложения материала;- при докладе владение речью и терминологией; - умение иллюстрировать материал конкретными примерами; - умение формулировать выводы и делать обобщения; - степень самостоятельности изложения доклада
			Фонд тестовых заданий	Количество правильно выполненных заданий
		Умеет выбирать методы оценки морфофункционального состояния человека: проводить функциональные пробы, оценивающие влияние физической нагрузки на кардиореспираторную систему, проводить оценку физического развития, физической работоспособности с учетом возраста, пола, занимающегося физической культурой и спортом для оптимизации планирования спортивной и оздоровительной тренировки. Умеет анализировать результаты исследования морфофункционального состояния, интерпретировать и применять их для планирования спортивной и оздоровительной тренировки	Ситуационные задания	- соответствие выполненного задания поставленным задачам; - соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания; - уровень владения материалом задания при ответах на вопросы
2	ОПК-2 - Способен	Знает: Теоретические основы методов и этапов	Контрольные	- полнота и логичность изложения материала в

	осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	спортивного отбора и ориентации по материалам рекомендованной литературы и научно-методических публикаций.	вопросы по темам	соответствии с программой дисциплины; - последовательность изложения материала; - владение речью и терминологией; - умение иллюстрировать материал конкретными примерами; - умение формулировать выводы и делать обобщения; - степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов.
			Фонд тестовых заданий	Количество правильно выполненных заданий
			Реферат	- полнота и логичность изложения материала в соответствии с реферата;- последовательность изложения материала; -при докладе владение речью и терминологией; - умение иллюстрировать материал конкретными примерами; - умение формулировать выводы и делать обобщения; - степень самостоятельности изложения доклада
		Умеет: диагностировать морфо-функциональное состояние спортсмена апробированными методами, оценивать эффективность спортивной тренировки и прогнозировать резервы спортивной работоспособности для спортивного отбора.	Ситуационные задания	- соответствие выполненного задания поставленным задачам; - соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания; - уровень владения материалом задания при ответах на вопросы
3	ОПК-9 Способен осуществлять контроль использованием методов измерения оценки физического развития, технической физической	Знает принципы, задачи медико-биологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, методы оценки физического развития, функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола.	Контрольные вопросы по темам	- полнота и логичность изложения материала в соответствии с программой дисциплины; - последовательность изложения материала; - владение речью и терминологией; - умение иллюстрировать материал конкретными примерами;

подготовленности, психического состояния занимающихся	Знает антропометрические точки для измерения длинотных, охватных размеров тела, принципы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека		<ul style="list-style-type: none"> - умение формулировать выводы и делать обобщения; - степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов.
		Фонд тестовых заданий	Количество правильно выполненных заданий
			Реферат
	Применяет диагностику морфо-функционального состояния организма с целью контроля и повышения эффективности тренировочного процесса в оздоровительной физической культуре и спорте. Умеет с помощью методов экспресс-диагностики определить степень развития утомления и протекание восстановительных процессов. Умеет интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам	Ситуационные задания	<ul style="list-style-type: none"> - соответствие выполненного задания поставленным задачам; - соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания; - уровень владения материалом задания при ответах на вопросы

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

7.1 Основная литература:

1. Тулякова, О. В. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Исследование и оценка физического развития детей и подростков : учебное пособие / О. В. Тулякова. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2020. — 140 с. — ISBN 978-5-4497-0493-1. — Текст : электронный. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/93803.html> (дата обращения: 25.05.2020). — Режим доступа: по подписке.

7.2 Дополнительная литература:

1. Иваницкий, М. Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии) : учебник для институтов физической культуры / М. Ф. Иваницкий ; под редакцией Б. А. Никитюк, А. А. Гладышева, Ф. В. Судзиловский. — 14-е изд. — Москва : Издательство «Спорт», Человек, 2018. — 624 с. — ISBN 978-5-9500179-2-6. — Текст : электронный. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/74290.html> (дата обращения: 25.05.2020). — Режим доступа: по подписке.

2. Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. — 8-е изд. — Москва : Издательство «Спорт», 2018. — 624 с. — ISBN 978-5-9500179-3-3. — Текст : электронный. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/74306.html> (дата обращения: 25.05.2020). — Режим доступа: по подписке.

7.3 Интернет-ресурсы:

1. <http://www.teoriya.ru/> - журнал «Теория и практика физической культуры». Ежемесячный научно-теоретический журнал Государственного Комитета Российской Федерации по физической культуре и туризму, Российской Государственной Академии физической культуры.

2. <http://www.nlm.nih.gov/exhibition/historicalanatomies/home.html> (Веб-ресурс (цифровой проект «Историческая анатомия»)).

3. <http://library.med.utah.edu/kw/animations/hyperbrain/pathways/> Анатомическая викторина по проводящим путям центральной нервной системы. Haines Fourth Edition 1995. Lippincott Williams & Wilkins .Concept By: Suzanne S. Stensaas, Ph.D.

7.4 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. <http://www.rsl.ru> Российская государственная библиотека (РГБ).

2. <http://www.libfl.ru> Всероссийская государственная библиотека иностранной литературы им. М.И. Рудомино.

3. www.rssi.ru Государственная центральная научная медицинская библиотека (ГЦНМБ).

4. <http://www.nbmgu.ru/nbmgu/> - научная библиотека Московского государственного университета им. М. В. Ломоносова (НБ МГУ)

5. <http://elibrary.ru> - российский информационный портал в области науки, медицины, технологии и образования. На платформе аккумулируются полные тексты и рефераты научных статей и публикаций.

6. <http://www.scopus.com> - Scopus- крупнейшая в мире реферативно-библиографическая и наукометрическая (библиометрическая) база данных компании Elsevier.

7. webofscience.com - Web of Science - реферативная база, данных- ведущая международная реферативная база данных по научным публикациям и их цитированию компании THOMSON REUTERS.

8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю).

Лицензионное ПО, в том числе отечественного производства: платформа для электронного обучения Microsoft Teams, Microsoft Office 365, Пакет Adobe Creative Cloud: Photoshop, Illustrator, InDesign, Premiere, After Effects, Acrobat Pro и пр.

Свободно распространяемое ПО, в том числе отечественного производства: не используется

9. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Для проведения лекционных и семинарских занятий необходима аудитория, укомплектованная учебной мебелью (парты, стулья); оснащённая, техническими средствами обучения (компьютер, мультимедийное оборудование) и доской (грифельная или мультимедийная).

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Институт физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

 /Е.А. Симонова/
01 июня 2020

Историко-социальные основы физической культуры и спорта
Рабочая программа
для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура
профиль: «Физическая культура и спорт»
формы обучения: очная и заочная

Богданова В. А., Жевнерова Ж. В. Историко-социальные основы физической культуры и спорта. Рабочая программа для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиль: «Физическая культура и спорт», формы обучения: очная и заочная. Тюмень, 2020.

Рабочая программа дисциплины (модуля) опубликована на сайте ТюмГУ: Историко-социальные основы физической культуры и спорта [электронный ресурс] / Режим доступа: <https://www.utmn.ru/sveden/education/#>.

1. Пояснительная записка

Дисциплина «Историко-социальные основы физической культуры и спорта» состоит из 2-х модулей: «История физической культуры и спорта», который изучает становление и развитие закономерностей физической культуры и спорта и «Социология физической культуры и спорта». Данный курс поможет студентам изучить физическую культуру и спорт как социальные явления в контексте целостного представления об обществе и соотнести их с картиной исторического развития.

Дисциплина читается в 1-ом семестре. Трудоемкость дисциплины: 4 ЗЕТ, 144 ак.ч. Форма промежуточной аттестации: экзамен.

Дисциплина «Историко-социальные основы физической культуры и спорта» рассматривает эволюцию физической культуры, как органическую часть всей культуры и образования, воспитание людей и их оздоровления, подготовки к трудовой, военной и другим видам деятельности. В цикле доступных дисциплин историко-социальные основы физической культуры и спорта дает студентам знания о закономерностях развития физической культуры в различные периоды истории. Приобретенные знания будут полезны в педагогической и тренерской работе для проведения занятий, направленных на получение знаний об исторических тенденциях развития физической культуры, о системах физического воспитания, об эволюции видов спорта, об идеалах Олимпизма.

Цели и задачи:

- усвоение знаний о сущности, составных частях и общих закономерностях возникновения, становления и развития физической культуры;
- освоение студентами основ социологии физической культуры и спорта как специальной социологической теории, подготовка студентов к применению социологических методов исследования в профессиональной деятельности;
- формирование у студентов профессиональное мировоззрение во взглядах на роль и значение физкультурной деятельности в социальных процессах;
- формирование у будущих специалистов социологическое мышление, потребность социологического и социокультурного анализа в области проблем физической культуры и спорта;
- овладение первичными навыками использования социологических методов в процессе профессиональной педагогической, управленческой и научной работы.

1.1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Данная дисциплина входит в блок Б1 Дисциплины (модули), обязательной части.

1.2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины (модуля)

Код и наименование компетенции	Планируемые результаты обучения: (знаниевые/функциональные)
УК-5. Способен воспринимать межкультурное многообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	Знает основные категории истории и социологии спорта; эволюцию физической культуры и спорта с древних времен до наших дней; систему организации и управления отраслью в России и других странах мира
	Знает основы социологии спорта и профессиональной этики; социальное устройство общества
	Умеет аргументировать социальную и личную значимость избранного вида физкультурно-спортивной деятельности, прогнозировать условия и направления ее развития в социально-культурном аспекте
	Умеет находить и использовать необходимую для саморазвития и взаимодействия с другими информацию

	о культурных особенностях и традициях различных социальных групп
ОПК-6 - Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни	Знает сущность развития физической культуры и спорта, место и роль в обществе
	Умеет проводить беседы о пользе занятий физическими упражнениями и спортом

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

Очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Часов в семестре
			1
Общая трудоемкость	зач. ед.	4	4
	час	144	144
Из них:			
Часы аудиторной работы (всего):		64	64
Лекции		16	16
Практические занятия		48	48
Лабораторные / практические занятия по подгруппам		0	0
Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося		80	80
Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен)			Экзамен

Таблица 1.1

Заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Часов в семестре
			1
Общая трудоемкость	зач. ед.	4	4
	час	144	144
Из них:			
Часы аудиторной работы (всего):		12	12
Лекции		4	4
Практические занятия		8	8
Лабораторные / практические занятия по подгруппам		0	0
Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося		132	132
Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен)			Экзамен

3. Система оценивания

3.1. Система оценивания в период контроля включает: ведение конспектов лекций, отражающие содержание учебного материала, собеседование, тестирование, доклады с демонстрацией презентации.

Собеседование. Средство контроля, организованное в форме беседы преподавателя с обучающимся и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному модулю дисциплины.

Тестирование - процедура измерения уровня знаний и обучающегося с помощью совокупности стандартизированных заданий.

Система оценивания результатов тестирования:

100–90 % правильных ответов от общего числа тестовых заданий - «отлично»;

89–70 % правильных ответов - «хорошо»;

69–50 % правильных ответов - «удовлетворительно»;

ниже 50 % правильных ответов - «неудовлетворительно».

Студенты, успешно освоившие учебный материал дисциплины, и получившие по итогам текущего контроля (двух собеседований) положительные оценки (3, 4, 5), получают оценку за экзамен, соответствующую итоговому среднему баллу, при условии, что у них отсутствуют пропуски занятий без уважительных причин.

Студенты, имеющие пропуски занятий без уважительных причин и не прошедшие собеседования, сдают экзамен в форме собеседования по контрольным вопросам учебной дисциплины.

Критерии оценивания презентации

При оценивании презентации учитывается:

- актуальность темы исследования, ее научность, логическая последовательность изложения;

- соответствие содержания теме презентации;

- логическая структура презентации (понятная навигация);

- стиль оформления презентации;

- рациональное использование графических объектов;

- грамотность (наличие грамматических и синтаксических ошибок);

- культура выступления при представлении презентации.

Оценка «5» если содержание презентации соответствует заданной теме, выполнены все требования к содержанию, оформлению и представлению презентации.

Оценка «4» ставится, если содержание презентации соответствует заданной теме, но допущены недочеты в оформлении и представлению презентации.

Оценка «3» если содержание презентации соответствует заданной теме, но имеются неточности в изложении материала, имеются упущения в оформлении.

Оценка «2» ставится, если тема презентации не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы или презентация студентом не представлена.

4. Содержание дисциплины

4.1. Тематический план дисциплины

Очная форма обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (в час.)			Другие виды контактной работы
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные / практические занятия	
1	2	3	4	5	6	7
	<i>Модуль 1</i>					
1	Введение в курс истории ФК	4	2	0	0	0
2	Истоки зарождения физической культуры.	4	0	2	0	0
3	Физическая культура Древней Греции, Древнего Рима	8	2	2	0	0
4	Физическая культура Среднего века в Европе, Азии, коренного населения Америки в период до европейской колонизации	4	0	2	0	0
5	Физическая культура Древнего Востока	4	2	0	0	0
6	Международное спортивное движение	4	0	2	0	0
7	Физическая культура в Древней Руси, Русском централизованном государстве и Российской империи	4	0	2	0	0
8	Становление и развитие Советской системы физического воспитания	8	0	4	0	0
9	Физическая культура в России со второй половины XIX в до Октябрьской революции 1917 г.	4	2	0	0	0
10	Международное студенческое спортивное движение	4	0	2	0	0
11	Возрождение олимпийских игр.	4	0	2	0	0
12	Физическая культура и спорт в России с 1991 года	4	0	2	0	0
13	История физической культуры и спорта в Тюменском регионе	4	0	2	0	0
14	Историко-социальные основы физической культуры и спорта	4	0	2	0	0
15	Историко-социальные основы физической культуры и спорта	4	0	0	0	0
	<i>Модуль 2</i>	0				
16	Социология физической культуры как специальная социологическая теория	4	2	0	0	0
17	Значение социологической информации для развития физической культуры, для деятельности специалиста в сфере физической культуры	4	0	2	0	0
18	Социально-философские основы социологии физической культуры и спорта	12	0	4	0	0

19	Социализация, физическая культура и спорт	8	2	2	0	0
20	Социализация в спорте и социализация через спорт	4	0	2	0	0
21	Спортивная деятельность, девиантное поведение и социальный контроль	8	2	2	0	0
22	Занятие спортом и социальное самочувствие молодежи	4	0	2	0	0
23	Проблема гендерных отношений в социологии спорта	4	0	2	0	0
24	Физкультурное образование как социальный институт	12	0	6	0	0
25	Социальные группы в сфере физической культуры	6	2	2	0	0
26	Историко-социальные основы физической культуры и спорта	6	0	0	0	0
27	Консультация	2				2
28	Экзамен	2				2
	Итого (часов)	144	16	48	0	

Таблица 2.1

Заочная форма обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (в час.)			Иные виды контактной работы
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные / практические занятия	
1	2	3	4	5	6	7
	<i>Модуль 1</i>					
1	Введение в курс истории ФК	4	0	0	0	0
2	Истоки зарождения физической культуры.	4	0	1	0	0
3	Физическая культура Древней Греции, Древнего Рима	8	1	0	0	0
4	Физическая культура Среднего века в Европе, Азии, коренного населения Америки в период до европейской колонизации	4	0	1	0	0
5	Физическая культура Древнего Востока	4	0	0	0	0
6	Международное спортивное движение	4	0	1	0	0
7	Физическая культура в Древней Руси, Русском централизованном государстве и Российской империи	4	0	0	0	0
8	Становление и развитие Советской системы физического воспитания	4	0	0	0	0
9	Физическая культура в России со второй половины XIX в до Октябрьской революции 1917 г.	4	1	0	0	0

10	Международное студенческое спортивное движение	4	0	0	0	0
11	Возрождение олимпийских игр.	4	0	0	0	0
12	Становление и развитие Советской системы физического воспитания	4	0	0	0	0
13	Физическая культура и спорт в России с 1991 года	4	0	0	0	0
14	История физической культуры и спорта в Тюменском регионе	6	0	1	0	0
15	Историко-социальные основы физической культуры и спорта	4	0	0	0	0
	<i>Модуль 2</i>	0				
16	Социология физической культуры как специальная социологическая теория	4	1	0	0	0
17	Значение социологической информации для развития физической культуры, для деятельности специалиста в сфере физической культуры	4	0	1	0	0
18	Социально-философские основы социологии физической культуры и спорта	12	0	1	0	0
19	Социализация, физическая культура и спорт	6	0	0	0	0
20	Социализация в спорте и социализация через спорт	6	0	1	0	0
21	Спортивная деятельность, девиантное поведение и социальный контроль	6	0	0	0	0
22	Занятие спортом и социальное самочувствие молодежи	6	0	0	0	0
23	Проблема гендерных отношений в социологии спорта	6	0	1	0	0
24	Физкультурное образование как социальный институт	12	0	0	0	0
25	Социальные группы в сфере физической культуры	6	1	0	0	0
26	Историко-социальные основы физической культуры и спорта	6	0	0	0	0
27	Консультация	2				2
28	Экзамен	2				2
29	Итого (часов)	144	4	8	0	

4.2. Содержание дисциплины (модуля) по темам

1 Модуль

Тема 1. "Введение в курс истории ФК"

Предмет, содержание, задачи и значение. История физической культуры и спорта как интегральная дисциплина, ее связь с другими науками, основной метод ее познания.

Становление истории физической культуры и спорта как относительно самостоятельной отрасли исторической науки.

Истоки зарождения физической культуры. Физическое воспитание в родовом обществе, его связь с трудовой деятельностью, зависимость от этнической среды и природных условий, всеобщность.

Исторические этапы развития физической культуры как специфической сферы общественной деятельности. Физическое воспитание в период разложения родового строя, его военизация, зарождение классового характера воспитания.

Тема 2. "Истоки зарождения физической культуры"

Истоки зарождения физической культуры. Физическое воспитание в родовом обществе, его связь с трудовой деятельностью. Физическое воспитание в период разложения родового строя, его военизация, зарождение классового характера воспитания.

Тема 3. "Физическая культура Древней Греции, Древнего Рима"

Физическая культура в Древнем Риме, ее отличие от древнегреческой. Военно-физическое воспитание в Древнем Риме, его упадок в период Римской империи, развитие зрелищ.

Физическая культура Древней Греции, Древнего Рима. Исторические условия и особенности становления и развития физической культуры в рабовладельческом обществе, ее отличие от физической культуры первобытного общества. Зона Древней Месопотамии, Древний Египет, Древняя Индия, Древний Китай.

Тема 4. "Физическая культура Среднего века в Европе, Азии, коренного населения Америки в период до европейской колонизации"

Физическая культура в Средние века в Европе, Азии и коренного населения Америки в период до европейской колонизации

Тема 5. "Физическая культура Древнего Востока"

Физическая культура Древнего Востока. Исторические условия и особенности становления и развития физической культуры в рабовладельческом обществе, ее отличие от физической культуры первобытного общества.

Тема 6. "Международное спортивное движение"

Исторически сложившиеся формы международного спортивного движения, образовавшие его систему: международное движение по отдельным видам спорта, международное олимпийское движение (МОД), международное рабочее спортивное движение, международные связи по научно-методическим проблемам физического воспитания и спорта.

Создание международных спортивных организаций, федераций, проведение международных спортивных соревнований по отдельным видам спорта.

Тема 7. "Физическая культура в Древней Руси, Русском централизованном государстве и Российской империи"

Физическая культура в Древней Руси, Русском централизованном государстве и Российской империи. Отражение вопросов физического воспитания в медицинской и педагогической литературе эпохи феодализма (Епифаний Славинецкий, Владимир Мономах). Значение реформ Петра I для становления государственной формы военно-физического воспитания в учебных заведениях.

Тема 8. "Становление и развитие Советской системы физического воспитания"

Становление и развитие Советской системы физического воспитания. Физическая культура и спорт в первые годы советской власти.

Становление организационных основ советского физкультурно-спортивного движения. Становление и развитие физической культуры в общеобразовательной школе.

Тема 9. "Физическая культура в России со второй половины XIX в до Октябрьской революции 1917 г."

Физическая культура у скифов, сарматов и древних славян. Русские игрища. Военно-физическая подготовка и народные забавы.

Становление государственной формы военно-физического воспитания в военных учебных заведениях.

Тема 10. "Международное студенческое спортивное движение"

Исторически сложившиеся формы международного студенческого спортивного движения, образовавшие его систему: международное движение по отдельным видам спорта.

Создание студенческих спортивных организаций, проведение международных студенческих спортивных соревнований по отдельным видам спорта.

Тема 11. " Возрождение олимпийских игр"

Возрождение олимпийских игр. Создание международного олимпийского комитета (МОК), формирование идеалов олимпизма. Прогрессивная роль П. де Кубертена в возрождении и развитии олимпийского движения в мире.

Тема 12. "Становление и развитие Советской системы физического воспитания"

Становление и развитие Советской системы физического воспитания. Физическая культура и спорт в первые годы советской власти.

Становление организационных основ советского физкультурно-спортивного движения. Становление и развитие физической культуры в общеобразовательной школе.

Тема 13. "Физическая культура и спорт в России с 1991 года"

Физическая культура и спорт в России с 1991 года

Тема 14. "История физической культуры и спорта в Тюменском регионе"

История физической культуры и спорта в Тюменском регионе с 1864-2019 годы

Тема 15. Контроль по модулю: "Историко-социальные основы физической культуры и спорта"

Собеседование по вопросам первого модуля.

2 Модуль

Тема 16. "Социология физической культуры как специальная социологическая теория"

Цель и задачи социологии физической культуры и спорта как учебной дисциплины.

Основные направления современного философского знания о спорте.

Базовые понятия социологии физической культуры и спорта.

Предмет и объект социологии физической культуры и спорта.

Функции социологии физической культуры и спорта в науке и в обществе: познавательная (информационная и теоретическая) функция, мировоззренческая функция и организационно - управленческая.

Тема 17. "Значение социологической информации для развития физической культуры, для деятельности специалиста в сфере физической культуры"

Вопросы для обсуждения:

1. Объект изучения социологии физической культуры.

2. Предмет изучения социологии физической культуры.

3. Значение социологической информации для развития физической культуры, для деятельности специалиста в сфере физической культуры.

Тема 18. "Социально-философские основы социологии физической культуры и спорта"

Вопросы для обсуждения:

1. Базовые понятия социологии физической культуры и спорта.

2. Категория «культура».

3. Содержание понятия в контексте социологии физической культуры и спорта: культура и физическая культура, культура и «сверхкультура».

4. Эволюция содержания понятия «спорт» в современной теории и в обществе.

5. Спорт как вид игровой деятельности на досуге и спорт профессионалов.

6. Теоретические и социально-политические особенности развития отечественной социологии физической культуры и спорта.

Тема 19. "Социализация, физическая культура и спорт"

Социальный слой как основа формирования личности.

Физическое поведение как отражение социального положения индивида.

Семья и физическая социализация.

Взаимосвязь социального статуса человека и интереса в области двигательной активности и спорта.

Социализация в спорте и социализация через спорт.

Особенности социализации в сфере спорта высших достижений.

Тема 20. "Социализация в спорте и социализация через спорт"

Вопросы для обсуждения:

1. Семья и физическая социализация.
2. Взаимосвязь социального статуса человека и интереса в области двигательной активности и спорта.
3. Социализация в спорте и социализация через спорт.
4. Особенности социализации в сфере спорта высших достижений.

Тема 21. "Спортивная деятельность, девиантное поведение и социальный контроль"

Вопросы для обсуждения:

1. Спорт как средство профилактики девиантного поведения.
2. Спорт - средство перевоспитания «трудных» подростков.
3. Спорт как средство снятия эмоциональной агрессии.
4. К.Лоренц «Агрессия»: «инстинкт агрессии» и спортивная деятельность.
5. Агрессивность инструментальная и эмоциональная.
6. Инструментальная агрессивность и спортивная деятельность.
7. Спортивная деятельность и снятия эмоциональной агрессивности.
8. Спорт как экстремальная деятельность.
9. Экстремальность в спорте, экстремальные виды спорта.
10. Спорт высших достижений в контексте теории девиантного поведения.
11. Спорт высших достижений как особая сфера деятельности элиты.
12. Особенности социализации в сфере спорта высших достижений и проблема социальной самоидентификации спортсменов после завершения спортивной карьеры.

Тема 22. "Занятие спортом и социальное самочувствие молодежи"

Вопросы для обсуждения:

1. Категория «социальное самочувствие» и ее сущность.
2. Методология исследование влияния социальных процессов на самооценку человека.
3. Операционализация категории «социальное самочувствие»: самооценка своего социального статуса, социальных ролей, социального престижа, социальных ожиданий и социальных притязаний.

Тема 23. "Проблема гендерных отношений в социологии спорта"

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие гендера.
2. Феминизм и гендер, гендерные роли, гендерная социализация, гендерное равенство.
3. Социальные истоки возникновения и развития гендерной проблематики в социологии спорта.

Тема 24. "Физкультурное образование как социальный институт"

Вопросы для обсуждения:

1. Категория «образование»: социально-философская интерпретация (В. фон Гумбольдт), педагогическая интерпретация понятия (воспитание, обучение, образование), социологическое значение понятия (образование как социальный институт).

Социальные функции образования: познавательная (трансляция знаний и опыта, распространение знаний о технологиях, распространение знаний о новациях) социальная (обеспечение социальной динамики, регулирование отношений в обществе); гуманистическая (культивирующая и развивающая интеллектуальные и творческие способности, потенциал личности).

Вопросы для обсуждения:

1. Социально-педагогический аспект образования: социализация (идентификация, индивидуализация и персонализация); адаптация (внутрисоциальная, трансрегиональная, транснациональная); интеграция (ролевая и карьерная).
2. Категория «физическое образование». П.Ф. Лесгафт о физическом образовании как о способности человека управлять и владеть своими действиями (методологическая база – теория Ламарка).

3. Физкультурное образование как социальный процесс: профессиональное (педагогическое, тренерское, управленческое, предпринимательское и т.п.), непрофессиональное – возрастное (детское, ювенологическое, акмеологическое, геронтологическое) и необходимое для профессиональной деятельности (для силовых структур, для руководящих работников и т.п.).

Тема 25. "Социальные группы в сфере физической культуры"

Характеристика основных социальных групп в сфере физической культуры и спорта.

Социально-демографическая характеристика групп, занимающихся физическими упражнениями и спортом.

Социальный статус и формирование мотивов к занятиям физическими упражнениями и спортом.

Спортсмены-любители, спортсмены - профессионалы как социальные группы.

Спортивная элита. Болельщики и зрители. Спортивные «фанаты».

Вопросы для обсуждения:

1. Характеристика основных социальных групп в сфере физической культуры и спорта.
2. Социально-демографическая характеристика групп, занимающихся физическими упражнениями и спортом.

2. Социальный статус и формирование мотивов к занятиям физическими упражнениями и спортом.

3. Спортсмены-любители, спортсмены - профессионалы как социальные группы. Спортивная элита. Болельщики и зрители. Спортивные «фанаты».

4. Социальный статус специалиста в области физической культуры.

5. Конкурентоспособность специалиста в области физической культуры и спорта в современном российском обществе и его социальная мобильность.

Консультация по дисциплине перед экзаменом

В ходе подготовки необходимо изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой. Можно дополнить список литературы современными источниками, не представленными в списке рекомендованной литературы.

Экзамен

5. Учебно-методическое обеспечение и планирование самостоятельной работы обучающихся

Таблица 3

№ Темы	Темы	Формы СРС, включая требования к подготовке к занятиям
1 семестр		
1.	Введение в курс истории ФК	Чтение обязательной и дополнительной литературы
2.	Истоки зарождения физической культуры	Поиск информационных источников. Предполагает поиск дополнительной информации (документов и изданий), в которых содержится нужная информация по теме. Критерии оценки: полнота выбранных источников информации в соответствии с темой занятия

3.	Физическая культура Древней Греции, Древнего Рима и Древнего Востока	Чтение обязательной и дополнительной литературы Поиск информационных источников. Предполагает поиск дополнительной информации (документов и изданий), в которых содержится нужная информация по теме. Критерии оценки: полнота выбранных источников информации в соответствии с темой занятия
4.	Физическая культура Среднего века в Европе, Азии, коренного населения Америки в период до европейской колонизации	Поиск информационных источников. Предполагает поиск дополнительной информации (документов и изданий), в которых содержится нужная информация по теме. Критерии оценки: полнота выбранных источников информации в соответствии с темой занятия
5.	Международное спортивное движение	Поиск основных документов и изданий по теме. Предполагает поиск информации, в которых содержится нужная информация. Критерии оценки: полнота выбранных источников информации в соответствии с темой занятия
6.	Физическая культура в Древней Руси, Русском централизованном государстве и Российской империи	Поиск основных документов и изданий по теме. Предполагает поиск информации, в которых содержится нужная информация. Критерии оценки: полнота выбранных источников информации в соответствии с темой занятия.
7.	Становление и развитие Советской системы физического воспитания	Поиск материала, данных и специальных источников по теме. Предполагает поиск дополнительной информации (документов и изданий), в которых содержится нужная информация по теме. Критерии оценки: полнота выбранных источников информации в соответствии с темой занятия
8.	Физическая культура в России со второй половины XIX в до Октябрьской революции 1917 г.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
9.	Международное спортивное движение	Поиск соответствующих источников по теме. Предполагает поиск дополнительной информации, позволяющей глубже разобраться в теме. Критерии оценки: полнота выбранных источников информации в соответствии с темой занятия
10.	Возрождение олимпийских игр	Поиск фактических сведений, содержащихся в литературе (исторические факты и события, биографические данные). Предполагает поиск дополнительной информации (документов и изданий), в которых содержится нужная информация по теме. Критерии оценки: полнота выбранных источников информации в соответствии с темой занятия

11.	Физическая культура и спорт в России с 1991 года	Поиск фактических сведений, содержащихся в литературе за определенный период (исторические факты и события, биографические данные). Предполагает поиск дополнительной информации (документов и изданий), в которых содержится информация по теме. Критерии оценки: полнота выбранных источников информации в соответствии с темой занятия.
12.	История физической культуры и спорта в Тюменском регионе	Поиск фактических сведений, содержащихся в литературе (исторические факты и события, биографические данные). Предполагает поиск дополнительной информации (документов и изданий), подбор иллюстративных материалов, в которых содержится информация по теме. Критерии оценки: полнота выбранных источников информации в соответствии с темой занятия
13.	Контроль по модулю: Историко-социальные основы физической культуры и спорта	Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов по модулю и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками
14.	Социология физической культуры как специальная социологическая теория	Чтение обязательной и дополнительной литературы
15.	Значение социологической информации для развития физической культуры, для деятельности специалиста в сфере ФК	Поиск материала, данных и специальных источников по теме. Предполагает поиск дополнительной информации (документов и изданий), в которых содержится нужная информация по теме. Критерии оценки: полнота выбранных источников информации в соответствии с темой занятия.
16.	Социально-философские основы социологии физической культуры и спорта	Поиск информационных источников. Предполагает поиск дополнительной информации (документов и изданий), в которых содержится нужная информация по теме. Критерии оценки: полнота выбранных источников информации в соответствии с темой занятия.
17.	Социализация, физическая культура и спорт	Чтение обязательной и дополнительной литературы Тематический поиск информации по теме. Предполагает поиск дополнительной информации по теме. Критерии оценки: полнота выбранных источников в соответствии с темой занятия
18.	Социализация в спорте и социализация через спорт	Тематический поиск информации по теме. Предполагает поиск дополнительной информации по теме. Критерии оценки: полнота выбранных источников в соответствии с темой занятия

19.	Спортивная деятельность, девиантное поведение и социальный контроль	Поиск фактических сведений, содержащихся в литературе. Предполагает поиск дополнительной информации, в которых содержится информация по теме. Критерии оценки: полнота выбранных источников информации в соответствии с темой занятия Чтение обязательной и дополнительной литературы
20.	Занятие спортом и социальное самочувствие молодежи	Поиск соответствующих источников по теме. Предполагает поиск дополнительной информации, позволяющей глубже разобраться в теме. Критерии оценки: полнота выбранных источников информации в соответствии с темой занятия
21.	Проблема гендерных отношений в социологии спорта	Поиск фактических сведений, содержащихся в литературе. Предполагает поиск дополнительной информации, в которых содержится информация по теме. Критерии оценки: полнота выбранных источников информации в соответствии с темой занятия
22.	Физкультурное образование как социальный институт	Поиск соответствующих источников по теме. Предполагает поиск дополнительной информации, позволяющей глубже разобраться в теме. Критерии оценки: полнота выбранных источников информации в соответствии с темой занятия
23.	Социальные группы в сфере физической культуры	Чтение обязательной и дополнительной литературы
24.	Социальные группы в сфере ФК	Тематический поиск информации по теме. Предполагает поиск дополнительной информации по теме. Критерии оценки: полнота выбранных источников в соответствии с темой занятия
25.	Историко-социальные основы физической культуры и спорта	Самостоятельное изучение заданного материала Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов по модулю и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками

6. Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю)

6.1. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

Промежуточная аттестация по дисциплине предполагает проведение экзамена в форме собеседования.

Критерии выставления экзаменационной оценки

«Отлично» – обучающийся глубоко и прочно усвоил весь программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически его излагает, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок.

«Хорошо» – обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий.

«Удовлетворительно» – обучающийся усвоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий.

«Неудовлетворительно» – обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания.

Перечень примерных вопросов для итоговой аттестации

1 Модуль

1. Предмет ИФК, его основные части, содержание, задачи и значение.
2. История ФКиС как интегральная дисциплина, ее связь с другими науками, основной метод ее познания.
3. Истоки зарождения физической культуры.
4. Исторические этапы развития физической культуры как специфической сферы общественной деятельности.
5. Исторические условия и особенности становления и развития физической культуры и рабовладельческом обществе, ее отличие от физической культуры первобытного общества.
6. Формирование физической культуры Античной Греции. Возникновение античной гимнастики и агонистики. Расцвет физической культуры в Древней Греции. Физическое воспитание в Спарте и Афинах. Олимпийские и другие игры (агоны) в Древней Греции, их характеристика и значение для современного олимпийского движения.
7. Физическая культура в Древнем Риме, ее отличие от древнегреческой. Военно-физическое воспитание в Древнем Риме, его упадок в период Римской империи, развитие зрелищ.
8. Физическая культура на этапе раннего средневековья (V-IX вв.).
9. Физическая культура на этапе развитого средневековья.
10. Физическая культура в эпохи возрождения и разложения феодализма (XV-XVII вв.).
11. Первые попытки введения физического воспитания в учебные заведения.
12. Физическая культура в Индии, Китае, Японии в средние века. Физическая культура азиатских кочевников. Историческое значение физической культуры средневековой Азии.
13. Физическая культура народов Америки в период до европейской колонизации.
14. Зарождение в середине XIX в. в Англии спортивно-игрового направления в физическом воспитании.
15. Физическая культура Киевской Руси и Московского государства.
16. Реформы Петра I и их значение для становления государственной формы военно-физического воспитания в военных учебных заведениях.
17. Вклад в разработку отечественной системы физкультурного образования П.Ф. Лесгафта.
18. Физическая культура и спорт в период становления советской власти.
19. Всесоюзные физкультурные комплексы «ГТО», «БГТО». Их роль в развитии физической культуры и спорта
20. Физическая культура и спорт в Тюменской области с 1863 года.
21. Исторически сложившиеся формы международного спортивного движения (МСД), образовавшие его систему: международное движение по отдельным видам спорта, международное олимпийское движение (МОД).
22. История проведения Олимпийских игр (древние времена, период возрождения олимпийского движения, Олимпийские игры в период мировых войн).
23. Пьер де Кубертен, его роль в возрождении и развитии олимпийского движения.

2 Модуль

1. Социология физической культуры и спорта как наука. Ее объект, предмет и функции.
2. Социальные проблемы физической культуры в современном обществе.
3. Проблемы социального и профессионального статуса спортсмена.
4. Физическая культура и спорт в системе ценностей современного общества.
5. Социальные проблемы спорта высших достижений.

6. Спортивная элита как социальная группа и ее роль в обществе.
7. Социальные причины развития и распространения «нетрадиционных» видов физкультурной деятельности.
8. Спорт и агрессия: социальные проблемы, социологический анализ проблемы.
9. Допинг в спорте как социальная проблема.
10. Олимпийское образование в современном обществе: проблемы и перспективы.
11. Коммерциализация спорта, формы ее проявления.
12. Отношение к физической культуре и спорту в разных социальных группах.
13. Отношение молодежи к физической культуре и спорту. Место спорта в системе ценностных ориентаций молодежи.
14. Спортивная субкультура.
15. Особенности социализации в спорте.
16. Функция спорта в сфере проведения досуга.
17. Спортивная карьера. Кризисы спортивной карьеры.
18. Особенности социализации женщин в спортивной деятельности.
19. Негативные стороны влияния спорта на личность.
20. Социально-философские проблемы современного спорта.
21. Социальная роль тренера.
22. Гендерные отношения в спорте.
23. Девиантное поведение в спорте и около спорта.
24. Фэйр Плэй в спорте.
25. Влияние СМИ и массовой культуры на отношение к физической культуре и спорту.

6.2. Критерии оценивания компетенций:

Таблица 4

Карта критериев оценивания компетенций

№ п/п	Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения	Оценочные материалы	Критерии оценивания
1	УК-5. Способен воспринимать межкультурное многообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	<p>Знает основные категории истории и социологии спорта; эволюцию физической культуры и спорта с древних времен до наших дней; систему организации и управления отраслью в России и других странах мира</p> <p>Знает основы социологии спорта и профессиональной этики; социальное устройство общества</p>	контрольные вопросы по темам	<ul style="list-style-type: none"> - полнота и логичность изложения материала в соответствии с программой дисциплины; - последовательность изложения материала; - владение речью и терминологией; - умение иллюстрировать материал конкретными примерами; - умение формулировать выводы и делать обобщения; - степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов.

			фонд тестовых заданий	количество правильно выполненных заданий
		<p>Умеет аргументировать социальную и личную значимость избранного вида физкультурно-спортивной деятельности, прогнозировать условия и направления ее развития в социально-культурном аспекте</p> <p>Умеет находить и использовать необходимую для саморазвития и взаимодействия с другими информацию о культурных особенностях и традициях различных социальных групп</p>	устные доклады с презентацией	<ul style="list-style-type: none"> - полнота раскрытия заявленной темы, ее актуальность, представление результатов; - соблюдение требований к оформлению презентации, логичность изложенного материала.
3	ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни	Знает сущность развития физической культуры и спорта, место и роль в обществе	контрольные вопросы по темам	<ul style="list-style-type: none"> - полнота и логичность изложения материала в соответствии с программой дисциплины; - последовательность изложения материала; - владение речью и терминологией; - умение иллюстрировать материал конкретными примерами; - умение формулировать выводы и делать обобщения; - степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов.
			фонд тестовых заданий	количество правильно выполненных заданий
		Умеет проводить беседы о пользе занятий физическими упражнениями и спортом	устные доклады с презентацией	<ul style="list-style-type: none"> - полнота раскрытия заявленной темы, ее актуальность, представление результатов; - соблюдение требований к оформлению презентации,

				ЛОГИЧНОСТЬ ИЗЛОЖЕННОГО материала.
--	--	--	--	--------------------------------------

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

7.1. Основная литература:

1. Мельникова, Н.Ю. История физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебник / Н.Ю. Мельникова, А.В. Трескин. - Электрон. текстовые данные. - Москва: Издательство «Спорт», 2017. - 432 с.- Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. — Текст. — электронный. - <URL:<http://www.iprbookshop.ru/79433.html>> (дата обращения: 25.05.2020).

2. Социология физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие: направление подготовки 050100.62 Педагогическое образование. Профиль «Физкультурное образование. Квалификация (степень) «бакалавр»/ - Электрон. текстовые данные.- Сургут: Сургутский государственный педагогический университет, 2014. - 89 с. - Режим доступа: - <URL:<http://www.iprbookshop.ru/87032.html>> (дата обращения: 25.05.2020).

7.2. Дополнительная литература:

1. Воробьев, А.В. Социология физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие / А.В. Воробьев, Т.В. Михеева. - Электрон. текстовые данные. - Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2002. - 91 с. - Режим доступа: - <URL:<http://www.iprbookshop.ru/64960.html>> (дата обращения: 25.05.2020).

2. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты [Электронный ресурс]: учебник для вузов физической культуры и спорта / Л.П. Матвеев. - Электрон. текстовые данные. - Москва: Издательство «Спорт», 2020. - 344 с. - Режим доступа: - <URL:<http://www.iprbookshop.ru/98646.html>> (дата обращения: 25.05.2020).

3. Передельский, А.А. Физическая культура и спорт в отражении философских и социологических наук. Социология спорта [Электронный ресурс]: учебник / А.А. Передельский. - Электрон. текстовые данные. - Москва: Издательство «Спорт», 2016. - 416 с. - Режим доступа: - <URL:<http://www.iprbookshop.ru/55570.html>> (дата обращения: 25.05.2020).

4. Передельский А.А. Двудликий Янус. Спорт как социальный феномен [Электронный ресурс]: сущность и онтологические основания. Монография / А.А. Передельский. - Электрон. текстовые данные. - Москва: Издательство «Спорт», 2016. - 312 с. - Режим доступа: - <URL:<http://www.iprbookshop.ru/57793.html>> (дата обращения: 25.05.2020).

5. Цегельный, Ю.А. Страсти вокруг спорта. Социально-педагогические проекты реорганизации сферы физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: коллективная монография / Ю.А. Цегельный, А.Г. Алексеев, Киртоакэ Александру - Электрон. текстовые данные. - Москва: Издательство «Спорт», 2018. - 248 с. - Режим доступа: - <URL:<http://www.iprbookshop.ru/74303.html>> (дата обращения: 25.05.2020).

7.3. Интернет-ресурсы:

1. Научный портал "ТЕОРИЯ.РУ". <http://www.teoriya.ru/>;
2. Олимпийский комитет России. - <http://www.olympic.ru>;
3. Международный Олимпийский комитет. - <http://www.olympic.org/>
4. Федеральный образовательный портал: Экономика, Социология, Менеджмент. <http://ecsocman.edu.ru>;
5. Фонд «Общественное мнение». <http://www.fom.ru>;
6. Социологические исследования. <http://www.socis.isras.ru>

7.4 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Clarivate Analytics – Web of Science Core Collection. Поставщик контента: ФГБУ «Государственная публичная научно-техническая библиотека России».

https://apps.webofknowledge.com/WOS_GeneralSearch_input.do?product=WOS&search_mode=GeneralSearch&SID=C2ivzMxspGLnBiQvQWN&preferencesSaved=

2. Межвузовская электронная библиотека (МЭБ) <https://icdlib.nspu.ru/>
3. Национальная электронная библиотека <https://rusneb.ru/>
4. Научная электронная библиотека <https://www.elibrary.ru/>
5. Российское антидопинговое агентство «РУСАДА». <https://rusada.ru/>
6. Министерство спорта Российской Федерации. <https://minsport.gov.ru/>

8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю):

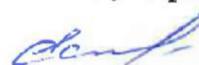
- Лицензионное ПО, в том числе отечественного производства:
платформа для электронного обучения Microsoft Teams, Microsoft Office 365, Пакет Adobe Creative Cloud: Photoshop, Illustrator, InDesign, Premiere, After Effects, Acrobat Pro и пр.
- Свободно распространяемое ПО, в том числе отечественного производства: не используется

9. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Для проведения лекционных и семинарских занятий необходима аудитория, укомплектованная учебной мебелью (парты, стулья) и оснащенная техническими средствами обучения (компьютер, мультимедийное оборудование) и доской (грифельная или мультимедийная).

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Институт физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

 /Е.А. Симонова/
01 июня 2020

Медико-биологические основы физической культуры и спорта
Рабочая программа
для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура,
профиль: «Физическая культура и спорт»,
формы обучения: очная и заочная

Речапов Д. С., Прокопьев Н. Я., Дуров А. М. Медико-биологические основы физической культуры и спорта. Рабочая программа для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль: «Физическая культура и спорт», формы обучения: очная и заочная. Тюмень, 2020.

Рабочая программа дисциплины (модуля) опубликована на сайте ТюмГУ: Медико-биологические основы физической культуры и спорта [электронный ресурс] / Режим доступа: <https://www.utmn.ru/sveden/education/#>.

1. Пояснительная записка

Дисциплина «медико-биологические основы физической культуры и спорта» в институте физической культуры является обязательной общепрофессиональной дисциплиной, в которой рассматриваются основные положения научных знаний: общей патологии, заболеваний, особенности течения и механизма травм, оказание первой медицинской помощи. Достигается формирование представлений о системе занятий физическими упражнениями со спортивной, воспитательной, лечебной и реабилитационной направленностью. В программе освещаются основные механизмы действия на организм физических упражнений, основные принципы и методики восстановления физической работоспособности. Большое внимание уделяется методике оценки и анализу морфофункционального состояния, физической работоспособности занимающихся физической культурой и спортом.

В рамках данного курса студенты учатся профилактике наиболее распространённых заболеваний, навыкам оказания доврачебной помощи при неотложных состояниях, которые позволят каждому человеку сохранить своё здоровье и оказать помощь.

Знания в области медицины в значительной мере повышают профессиональную подготовку будущих педагогов и других специалистов, необходимы для последующей профессиональной деятельности.

Целью освоения дисциплины является формирование у студентов способности и готовности к самостоятельному мышлению и творческому анализу полученного результата – обуславливает коммуникативную направленность курса **медико-биологические основы физической культуры и спорта** и её связи с анатомией и физиологией, биохимией, биомеханикой, гигиеной. Достижение этой цели обеспечивается компетентностным подходом к организации и осуществлению учебного процесса, основное внимание в котором акцентируется на формировании всех видов компетенций, от которых зависит успешность/эффективность деятельности специалистов в области физической культуры и спорта.

Задачи дисциплины:

- раскрыть современное понимание определения здоровья и факторов его определяющих, а также причины перехода к болезни;
- научить диагностике заболеваний и травм, оценке тяжести при неотложных состояниях и оказанию первой доврачебной помощи;
- научить использовать в практической деятельности современные научные и теоретические знания в вопросах оценки физического развития, функционального состояния и физической работоспособности у лиц занимающихся физической культурой и спортом;
- научиться применять методологические подходы познания и управления морфофункциональным состоянием физкультурников и спортсменов различных возрастных групп для решения научно-практических задач медико-биологического сопровождения спортивно-тренировочной и спортивно-оздоровительной деятельности

1.1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Данная дисциплина входит в блок Б1 Дисциплины (модули), дисциплины обязательной части.

Для изучения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные студентами при изучении таких дисциплин как: Анатомо-физиологические основы двигательной деятельности.

1.2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины (модуля)

Код и наименование компетенции	Планируемые результаты обучения: (знаниевые/функциональные)
--------------------------------	--

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	Знает морфофункциональные особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста
	Знает критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения
	Знает биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью
	Знает физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления
	Знает анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств
	Умеет дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок
	Умеет применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью
	Умеет выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности
	Умеет оценивать физическое развитие занимающихся
	Умеет определить и оценить тип реакции сердечно-сосудистой системы в ответ на дозированную физическую нагрузку
ОПК-2 - Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	Знает медико-биологические критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности
	Знает механические и биомеханические характеристики и особенности тела человека и его движений
	Знает морфофункциональные особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности
	Умеет определять биомеханические характеристики тела человека и его движений
	Умеет использовать средства и методики оценки перспективности спортсмена по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию
ОПК-6 - Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни	Знает составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие
	Знает влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков
	Знает гигиенические средства восстановления и принципы закаливания
	Знает методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенности питания в тренировочном,

	<p>предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах</p> <p>Умеет планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности</p> <p>Умеет проводить беседы о пользе занятий физическими упражнениями и спортом, об осознанном отношении и мотивации различных групп населения к здоровому образу жизни</p> <p>Умеет проводить мероприятия по санитарно-просветительской работе в спортивных коллективах</p>
ОПК-7 - Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	<p>Знает внешние признаки утомления и переутомления занимающихся</p> <p>Знает факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности</p> <p>Знает этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма</p> <p>Знает противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей</p> <p>Знает основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации</p> <p>Знает этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем</p> <p>Умеет своевременно выявлять угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для обучающихся</p> <p>Умеет оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности</p> <p>Умеет оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях</p> <p>Умеет проводить сердечно-легочную реанимацию</p>
ОПК-8 - Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	<p>Знает международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте</p> <p>Знает антидопинговое законодательство Российской Федерации</p> <p>Знает международные этические нормы в области противодействия применению допинга</p> <p>Знает принципы организации антидопинговых мероприятий</p> <p>Умеет определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ</p> <p>Умеет выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдолимпийском спорте</p>
ОПК-9 - Способен осуществлять контроль с	<p>Знает основные методы измерения и оценки физического развития</p>

использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.	Знает методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола
	Умеет определять биомеханические характеристики тела человека и его движений
	Умеет оценивать эффективность статических положений и движений человека
	Умеет интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам
	Умеет с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов
	Применяет методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола
ПК-2 - Способен разрабатывать программы физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, программы в сфере физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг	Знает методику планирования оздоровительных физкультурно-массовых мероприятий с различными группами населения
	Умеет планировать образовательный процесс, разрабатывать сценарии досуговых мероприятий с учетом санитарно-гигиенических норм и требований охраны жизни и здоровья учащихся
	Умеет самостоятельно планировать содержание оздоровительных физкультурно-массовых мероприятий с различными группами населения
	Умеет оценивать влияние проведенных спортивно-массовых мероприятий на формирование здорового образа жизни учащихся
ПК-6 - Способен разрабатывать и реализовывать мероприятия по организационно-методическому обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой подготовки на базе учреждений физкультурно-спортивной направленности	Знает сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы
	Знает требования к планированию и проведению внеурочных мероприятий и занятий
	Умеет использовать различные методы и формы организации внеурочных мероприятий и занятий, строить их с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

Очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Часов в семестре	Часов в семестре	Часов в семестре
			5	7	8
Общая трудоемкость	зач. ед.	14	4	4	6
	час	504	144	144	216
Из них:					

Часы аудиторной работы (всего):	242	70	70	102
Лекции	74	18	18	38
Практические занятия	168	52	52	64
Лабораторные / практические занятия по подгруппам	0	0	0	0
Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося	262	74	74	114
Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен)		Зачет	Экзамен	Экзамен

Таблица 1.1

Заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Часов в семестре	Часов в семестре	Часов в семестре
			5	7	8
Общая трудоемкость	зач. ед.	14	4	4	6
	час	504	144	144	216
Из них:					
Часы аудиторной работы (всего):		90	22	34	34
Лекции		38	10	14	14
Практические занятия		52	12	20	20
Лабораторные / практические занятия по подгруппам		0	0	0	0
Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося		414	122	110	182
Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен)			Зачет	Экзамен	Экзамен

3. Система оценивания

3.1. При проведении текущего контроля используются: собеседование, тестирование, ситуационное задание.

Собеседование – средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу (модулю).

Ситуационное задание – предполагает анализ студентами предложенной ситуации, возникающей при конкретном положении дел, и выработку практического решения..

Критерии оценки:

- соответствие выполненного задания поставленным задачам;
- соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания;
- уровень владения материалом задания при ответах на вопросы.

Варианты ситуационных заданий:

1. Измерение антропометрических основных и дополнительных параметров. Оценка физического развития с помощью метода индексов и стандартов.
2. Вычерчивание антропометрического профиля.
3. Оценка реакции ЧСС на функциональную пробу с физической нагрузкой, проведение комбинированной функциональной пробы С.П. Летунова.
4. Определение МПК с помощью непрямых методов (по номограмме И. Астранда, по Добельну и В.Л. Карпману).
5. Выполнение простейших проб для оценки функционального состояния ВНС: проба Ашнера, исследование дермографизма.
6. Проведение и анализ результатов пробы Ромберга
7. Проведение пальце-носовой пробы
8. Проведение пробы Яроцкого
9. Разработка комплекса упражнений направленного на профилактику нарушений осанки детей разного возраста.
10. Проведение пробы Руфье и определение индекса, сравнение полученных результатов у тренированного и нетренированного человека.

Тестирование – процедура измерения уровня знаний и обучающегося с помощью совокупности стандартизированных заданий.

Система оценивания результатов тестирования:

- 86-100 % правильных ответов от общего числа тестовых заданий - (высокий уровень) — «отлично»;
- 76-85 % правильных ответов - (продвинутый уровень) — «хорошо»;
- 61-75 % правильных ответов - (пороговый уровень) — «удовлетворительно»;
- ниже 50 % правильных ответов (низкий уровень) — «неудовлетворительно».

Студенты, успешно освоившие учебный материал дисциплины, и получившие по итогам текущего контроля (трёх собеседований) положительные оценки (3, 4, 5), получают зачёт (в 5 семестре) или оценку за экзамен, соответствующую итоговому среднему баллу (в седьмом восьмом семестре). При условии, что у них отсутствуют пропуски занятий без уважительных причин.

Студенты, имеющие пропуски занятий без уважительных причин и не сдавшие хотя бы одно собеседование, сдают зачёт или экзамен в форме собеседования по контрольным вопросам учебной дисциплины.

4. Содержание дисциплины

4.1. Тематический план дисциплины

Очная форма обучения

Объ № п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (в час.)			Иные виды контактной работы
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные / практические занятия	
1	2	3	4	5	6	7
	5 семестр					
1	Здоровье и определяющие его факторы. Показатели здоровья, их определение и оценка.	4	4	0	0	0
2	Оценка типов работоспособности у человека(жаворонки, совы, голуби). Определение параметров биоритма (мезора, амплитуды, акрофазы) ЧСС, температуры тела.	4	0	2	0	0
3	Оказание первой медицинской помощи при острых отравлениях.	4	0	2	0	0
4	Переход к здоровому образу жизни как объективная необходимость.	4	4	0	0	0
5	Термические повреждения. Оказание первой медицинской помощи.	4	0	2	0	0
6	Закрытые повреждения. Первая медицинская помощь.	4	0	2	0	0
7	Бiosoциальные основания здорового образа жизни.	4	4	0	0	0
8	Утопления, оказание первой медицинской помощи.	4	0	2	0	0
9	Отравления при укусах ядовитых змей и насекомых. Укусы животных.	4	0	2	0	0
10	Задающие факторы здорового образа жизни.	4	4	0	0	0
11	Характеристика инфекционного процесса. Профилактика инфекционных заболеваний. Кишечные инфекции.	4	0	2	0	0
12	Простейшие медицинские манипуляции.	4	0	2	0	0

13	Двигательная активность - ведущий фактор здорового образа жизни.	4	4	0	0	0
14	Повреждения головы и позвоночника.	4	0	2	0	0
15	Кровотечения.	4	0	2	0	0
16	Пути формирования режима двигательной активности юношей и девушек.	4	4	0	0	0
17	Общая и частная десмургия.	4	0	2	0	0
18	Переломы костей. Первая медицинская помощь при переломах.	4	0	2	0	0
19	Оздоровительные технологии.	4	4	0	0	0
20	Повреждения и заболевания грудной клетки и органов брюшной полости.	4	0	2	0	0
21	Реанимация. Простейшие реанимационные мероприятия.	4	0	2	0	0
22	Факторы, отрицательно влияющие на здоровье человека.	4	6	0	0	0
23	Методы оздоровления и укрепления здоровья: рациональное питание, физическая культура и закаливание.	4	0	2	0	0
24	Вредные привычки, их роль в формировании здоровья. Злоупотребление психоактивными веществами	4	0	2	0	0
25	Болезни кардиореспираторной системы..	4	4	0	0	0
26	Массаж, его виды и применение.	4	0	2	0	0
27	Основные понятия биомеханики. Кинематика движений человека. Динамика движений человека.	4	0	2	0	0
28	Мышечно-скелетная система. Строение отдельных элементов тела человека.	4	0	2	0	0
29	Механическая работа и энергия при движении человека.	4	0	2	0	0
30	Основы биомеханического контроля. Измерения в биомеханике.	4	0	2	0	0
31	Биомеханические особенности моторики человека.	4	0	2	0	0
32	Антропометрические инструменты. Изучение антропометрических точек. Техника антропометрических измерений.	4	0	2	0	0
33	Определение компонентов тела.	6	0	2	0	0
34	Определение физического развития методом индексов. Определение пропорций тела.	4	0	2	0	0

35	Особенности строения тела у спортсменов различных специализаций.	4	0	2	0	0
36	Зачет	2	0	0	0	2
	Часов в 5 семестре	144	18	52	0	
	7 семестр					
1	Понятие о здоровье, болезни и иммунной реактивности.	4	2	0	0	0
2	Основы общей патологии. Понятие о здоровье, болезни и иммунной реактивности.	4	0	2	0	0
3	Доврачебная медицинская помощь при травмах, связанных с занятиями физкультурой и спортом.	4	0	2	0	0
4	Доврачебная помощь при: кровотечениях, укусах змей, пчел, животных, повреждениях органов грудной клетки и брюшной полости.	4	0	2	0	0
5	Методы исследований, применяемые во врачебном контроле.	4	2	0	0	0
6	Методы исследований, применяемые во врачебном контроле.	4	0	2	0	0
7	Морфо-функциональные особенности систем организма спортсмена.	6	0	2	0	0
8	Оценка физического развития.	6	0	2	0	0
9	Динамические медицинские наблюдения за спортсменами с учетом возраста и пола.	4	2	0	0	0
10	Функциональные пробы используемые для оценки физического состояния спортсменов.	4	0	2	0	0
11	Врачебный контроль за школьниками и юными спортсменами.	4	0	2	0	0
12	Врачебный контроль за лицами разного пола и возраста.	4	0	2	0	0
13	Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы.	4	2	0	0	0
14	Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы	4	0	2	0	0
15	Типы реакций ССС на физическую нагрузку.	4	0	2	0	0
16	Оценка результатов проведения двухмоментных и трехмоментных функциональных проб.	4	0	2	0	0
17	Функциональные пробы	4	2	0	0	0

	дыхательной системы.					
18	Функциональные пробы дыхательной системы.	4	0	2	0	0
19	Функциональные пробы вегетативной нервной системы.	4	0	2	0	0
20	Исследование функционального состояния нервной системы.	4	0	2	0	0
21	Понятие о физической работоспособности.	4	2	0	0	0
22	Понятие о физической работоспособности.	4	0	2	0	0
23	Показания и противопоказания к определению физической работоспособности.	4	0	2	0	0
24	Определение физической работоспособности по Гарвардскому степ-тесту (ИГСТ).	4	2	0	0	0
25	Зоны интенсивности физической нагрузки.	4	0	2	0	0
26	Определение физической работоспособности по Гарвардскому степ-тесту.	4	0	2	0	0
27	Определение физической работоспособности по тесту PWC 170.	4	0	2	0	0
28	Специфические нагрузки для тестирования физической работоспособности.	4	2	0	0	0
29	Определение физической работоспособности. Тесты Новакки и Купера.	4	0	2	0	0
30	Специфические нагрузки для тестирования физической работоспособности. Специфические нагрузки циклического характера.	4	0	2	0	0
31	Специфические нагрузки для тестирования физической работоспособности. Специфические нагрузки циклического характера. Проба с бегом. Проба с плаванием.	4	0	2	0	0
32	Лекарственные средства в спортивной медицине.	4	2	0	0	0
33	Лекарственные средства в спортивной медицине	4	0	2	0	0
34	Врачебно-педагогические наблюдения.	2	0	2	0	0
35	Антидопинговый контроль в спорте.	2	0	2	0	0
36	Консультация	2	0	0	0	2
37	Экзамен	2		0		2
	Часов в 7 семестре	144	18	52	0	

<i>8 семестр</i>						
1	Введение. Общие основы кинезиотерапии	4	2	0	0	0
2	ЛФК как фактор функциональной патогенетической терапии и средство медицинской, социальной и трудовой реабилитации.	4	0	2	0	0
3	Основные принципы медицинской реабилитации	4	2	0	0	0
4	Периодизация в системе реабилитации больных.	4	0	2	0	0
5	Особенности ЛФК с различными возрастными группами.	4	2	0	0	0
6	Особенности ЛФК с различными возрастными группами.	4	0	2	0	0
7	ЛФК при заболеваниях суставов.	4	2	0	0	0
8	ЛФК при заболеваниях суставов.	4	0	2	0	0
9	Лечебная физкультура в травматологии.	4	2	0	0	0
10	Лечебная физкультура в травматологии.	4	0	2	0	0
11	Лечебная физкультура в травматологии.	4	0	2	0	0
12	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	4	2	0	0	0
13	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	4	0	2	0	0
14	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	4	0	2	0	0
15	ЛФК при гипертонической болезни.	4	2	0	0	0
16	ЛФК при гипертонической болезни.	4	0	2	0	0
17	ЛФК при заболеваниях органов дыхания.	4	2	0	0	0
18	ЛФК при заболеваниях органов дыхания.	4	0	2	0	0
19	ЛФК при заболеваниях органов дыхания.	4	0	2	0	0
20	ЛФК при нарушении зрения.	4	2	0	0	0
21	ЛФК при нарушении зрения.	4	0	2	0	0
22	ЛФК при нарушении зрения.	4	0	2	0	0
23	ЛФК при нарушениях обмена веществ.	4	2	0	0	0
24	ЛФК при нарушениях обмена веществ.	4	0	2	0	0
25	ЛФК при нарушениях обмена веществ.	4	0	2	0	0
26	ЛФК при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата у детей.	4	2	0	0	0
27	ЛФК при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата у	4	0	2	0	0

	детей.					
28	ЛФК при нарушениях осанки.	4	0	2	0	0
29	ЛФК в системе реабилитации спортивной травмы.	4	2	0	0	0
30	ЛФК в системе реабилитации спортивной травмы.	4	0	2	0	0
31	ЛФК в системе реабилитации спортивной травмы.	4	0	2	0	0
32	Влияние массажа на организм.	4	2	0	0	0
33	Влияние массажа на организм.	4	0	2	0	0
34	Влияние массажа на организм.	4	0	2	0	0
35	Классификация видов и систем массажа.	4	2	0	0	0
36	Классификация видов и систем массажа.	4	0	2	0	0
37	Эргономика при массаже.	4	0	2	0	0
38	Приёмы массажа.	4	2	0	0	0
39	Классификация и приёмы массажа.	4	0	2	0	0
40	Классификация и приёмы массажа.	4	0	2	0	0
41	Массаж в отдельных видах спорта.	4	2	0	0	0
42	Массаж в отдельных видах спорта.	4	0	2	0	0
43	Массаж в отдельных видах спорта.	4	0	2	0	0
44	Лечебный массаж при спортивных травмах и некоторых заболеваниях опорно-двигательного аппарата.	4	2	0	0	0
45	Лечебный массаж при заболеваниях и спортивных травмах ОДА.	4	0	2	0	0
46	Кинезиологическое тейпирование как средство адаптивной физической культуры	6	2	0	0	0
47	Кинезиологическое тейпирование как средство адаптивной физической культуры.	6	0	2	0	0
48	Кинезиологическое тейпирование как средство адаптивной физической культуры.	6	0	2	0	0
49	Методы применения аппаратного массажа.	6	2	0	0	0
50	Методы аппаратного массажа.	4	2	2	0	0
51	Методы аппаратного массажа.	4	0	2	0	0
52	Консультация	2	0	0	0	2
53	Экзамен	2	0	0	0	2
	Часов в 8 семестре	216	38	64	0	
	Итого (часов)	504	74	168		0

Таблица 2.1

Заочная форма обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.		
		Всего	Виды аудиторной работы (в час.)	Иные виды

			Лекции	Практические занятия	Лабораторные / практические занятия по подгруппам	контактно й работы
1	2		4	5	6	7
1	Здоровье и определяющие его факторы	14	2	0	0	
2	Оценка типов работоспособности у человека(жаворонки, совы, голуби). Определение параметров биоритма (мезора, амплитуды, акрофазы) ЧСС, температуры тела	12	0	2	0	
3	Переход к здоровому образу жизни как объективная необходимость	14	2	0	0	
4	Оказание первой медицинской помощи при острых отравлениях	12	0	2	0	
5	Задающие факторы здорового образа жизни	14	2	0	0	
6	Утопления, оказание первой медицинской помощи	12	0	2	0	
7	Факторы, отрицательно влияющие на здоровье человека	12	2	0	0	
8	Кровотечения. Виды кровотечений. Способы временной остановки наружного кровотечения. Остановка кровотечений подручными средствами. Окончательная остановка кровотечений	14	0	2	0	
9	Оздоровительные технологии у людей различных возрастных периодов	12	2	0	0	
10	Переломы костей. Первая медицинская помощь при переломах	14	0	2	0	
11	Методы оздоровления и укрепления здоровья	12	0	2	0	
12	Зачет	2	0	0	0	2
	Часов в 5 семестре	144	10	12	0	
1	Понятие о здоровье, болезни и иммунной реактивности.	10	2	0	0	

2	Основы общей патологии. Понятие о здоровье, болезни и иммунной реактивности.	8	0	2	0	
3	Методы исследований, применяемые во врачебном контроле.	8	2	0	0	
4	Антропометрические исследования.	8	0	2	0	
5	Морфофункциональные особенности систем организма спортсмена.	8	0	2	0	
6	Сущность врачебно-педагогического контроля, назначение, цели и задачи.	8	2	0	0	
7	Исследование функционального состояния спортсмена.	10	0	2	0	
8	Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы.	8	2	0	0	
9	Функциональные пробы используемые для оценки физического состояния спортсменов.	8	0	2	0	
10	Функциональные пробы дыхательной системы.	8	2	0	0	
11	Функциональные пробы дыхательной системы.	8	0	2	0	
12	Понятие о физической работоспособности.	8	2	0	0	
13	Понятие о физической работоспособности.	8	0	2	0	
14	Лекарственные средства в спортивной медицине.	8	2	0	0	
15	Особенности тестирования физической работоспособности у детей и подростков.	8	0	2	0	
16	Антидопинговый контроль в спорте.	8	0	2	0	
17	Лекарственные средства в спортивной медицине.	8	0	2	0	
18	Консультация	2	0	0	0	2
19	Экзамен	2				2
	Часов в 7 семестре	144	14	20	0	
		g				
1	Введение. Общие основы кинезиотерапии	12	2	0	0	
2	ЛФК как фактор функциональной патогенетической терапии и средство медицинской, социальной и трудовой реабилитации.	10	0	2	0	
3	Особенности ЛФК с различными	12	2	0	0	

	возрастными группами.					
4	Особенности ЛФК с различными возрастными группами.	12	0	2	0	
5	Лечебная физкультура в травматологии.	12	2	0	0	
6	Лечебная физкультура в травматологии.	14	0	2	0	
7	ЛФК при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата у детей.	14	0	2	0	
8	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	20	2	0	0	
9	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	10	0	2	0	
10	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	12	0	2	0	
11	Основы спортивного массажа.	12	2	0	0	
12	ЛФК и массаж в системе реабилитации спортивной травмы.	12	0	2	0	
13	Влияние массажа на организм.	12	0	2	0	
14	Приёмы массажа.	14	2	0	0	
15	Классификация и приёмы массажа.	14	0	2	0	
16	Кинезиологическое тейпирование как средство адаптивной физической культуры	10	2	0	0	
17	Кинезиологическое тейпирование как средство адаптивной физической культуры.	10	0	2	0	
18	Консультация	2	0	0	0	2
	Экзамен	2				2
	Часов в 8 семестре	216	14	20	0	
	Итого (часов)	504	38	52	0	

4.2. Содержание дисциплины (модуля) по темам

5 семестр

1. "Здоровье и определяющие его факторы. Показатели здоровья, их определение и оценка."

Здоровье и определяющие его факторы. Показатели здоровья, их определение и оценка. Возрастные периоды. Конституция человека. Биологические ритмы. Биологический возраст человека. Десинхроноз – нарушение ритмов. Сон и его значение.

2. "Оценка типов работоспособности у человека(жаворонки, совы, голуби). Определение параметров биоритма (мезора, амплитуды, акрофазы) ЧСС, температуры тела."

Оценка типов работоспособности у человека(жаворонки, совы, голуби). Определение параметров биоритма (мезора, амплитуды, акрофазы) ЧСС, температуры тела.

3. "Оказание первой медицинской помощи при острых отравлениях."

Острые отравления. Характеристика отравляющих веществ. Отравления химическими веществами. Алкогольное отравление. Отравления ядовитыми грибами. Оказание первой медицинской помощи.

4. "Переход к здоровому образу жизни как объективная необходимость."

Переход к здоровому образу жизни как объективная необходимость. Динамика возрастного развития человека и возможности прогнозирования продолжительности жизни.

5. "Термические повреждения. Оказание первой медицинской помощи."

Термические повреждения. Строение кожи. Термические ожоги. Солнечный удар. Отморожения. Оказание первой медицинской помощи.

6. "Закрытые повреждения. Первая медицинская помощь."

Закрытые повреждения. Ушибы мягких тканей. Растяжение и разрыв связок, сухожилий, мышц. Вывихи. Первая медицинская помощь.

7. "Биосоциальные основания здорового образа жизни."

Биосоциальные основания здорового образа жизни. Определение основных понятий. Факторы здорового образа жизни.

8. "Утопления, оказание первой медицинской помощи."

Утопления, оказание первой медицинской помощи.

9. "Отравления при укусах ядовитых змей и насекомых. Укусы животных."

Отравления при укусах ядовитых змей и насекомых. Укусы животных, бешенство. Первая медицинская помощь.

10. "Задающие факторы здорового образа жизни."

Задающие факторы здорового образа жизни. Совершенствование техник дыхания в контексте современного образа жизни. Организация рационального питания юношей и девушек. Особенности рационального питания у спортсменов.

11. "Характеристика инфекционного процесса. Профилактика инфекционных заболеваний. Кишечные инфекции."

Характеристика инфекционного процесса. Профилактика инфекционных заболеваний.

Профилактика и лечение заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем (грипп. О.Р.В.И., туберкулёз). Кишечные инфекции. Брюшной тиф. Холера. Дизентерия. Сальмонеллёз. Вирусный гепатит А.

12. "Простейшие медицинские манипуляции."

Простейшие медицинские манипуляции. Измерение артериального давления. Согревающий компресс. Холодный компресс. Горчичники. Ингаляция. Промывание желудка. Инъекции.

13. "Двигательная активность - ведущий фактор здорового образа жизни.."

Двигательная активность – ведущий фактор здорового образа жизни. Проблема измерения и оценивания уровня физического состояния юношей и девушек. Уровни

двигательной активности у лиц юношеского возраста. Физиологические параметры нагрузок в двигательном режиме студентов.

14. "Повреждения головы и позвоночника."

Повреждения головы и позвоночника. Сотрясение головного мозга. Ушиб головного мозга. Повреждения костей черепа. Ранения мягких покровов головы. Повреждение глаз. Попадание инородных предметов. Повреждения позвоночника. Туберкулез позвоночника. Остеохондроз позвоночника.

15. "Кровотечения."

Кровотечения. Виды кровотечений. Способы временной остановки наружного кровотечения. Остановка кровотечений подручными средствами. Окончательная остановка кровотечений.

16. "Пути формирования режима двигательной активности юношей и девушек."

Пути формирования режима двигательной активности юношей и девушек. Теоретические аспекты проблемы. Место урочной формы организации занятий физической культурой в двигательном режиме студента.

17. "Общая и частная десмургия."

Общая десмургия (мягкие повязки, бинтовые повязки) Частная десмургия (повязка на голову, повязки на верхнюю конечность, повязки на грудную клетку и живот, повязки на нижнюю конечность).

18. "Переломы костей. Первая медицинская помощь при переломах."

Переломы костей. Виды переломов. Клинические признаки переломов. Первая медицинская помощь при переломах. Транспортная иммобилизация. Способы наложения шин. Гипсовые повязки. Особенности переломов костей у детей.

19. "Оздоровительные технологии."

Оздоровительные технологии у людей различных возрастных периодов. Оздоровительные технологии у детей, у лиц зрелого, пожилого и старческого возрастов.

20. "Повреждения и заболевания грудной клетки и органов брюшной полости."

Повреждения и заболевания грудной клетки и органов брюшной полости. Переломы ребер. Проникающие ранения грудной клетки. Абсцесс легкого.

21. "Реанимация. Простейшие реанимационные мероприятия."

Реанимация. Простейшие реанимационные мероприятия. Последовательность проведения реанимационных мероприятий.

22. "Факторы, отрицательно влияющие на здоровье человека."

Факторы, отрицательно влияющие на здоровье человека. Наркомания, алкоголизм, табачная зависимость, токсикомания.

23. "Методы оздоровления и укрепления здоровья: рациональное питание, физическая культура и закаливание."

Методы оздоровления и укрепления здоровья: рациональное питание, физическая культура и закаливание в различные возрастные периоды.

24. "Вредные привычки, их роль в формировании здоровья. Злоупотребление психоактивными веществами"

Вредные привычки, их роль в формировании здоровья. Злоупотребление психоактивными веществами

25. "Болезни кардиореспираторной системы.."

Болезни системы кровообращения. Ишемическая болезнь сердца. Артериальная гипертензия и гипотензия. Профилактические меры предупреждения заболеваний системы кровообращения.

Болезни дыхательной системы. Бронхиальная астма. Пневмония. Острая дыхательная недостаточность.

26. "Массаж, его виды и применение."

Массаж, приемы массажа, его виды и применение.

27. "Основные понятия биомеханики. Кинематика движений человека. Динамика движений человека. "

Основные понятия биомеханики. Кинематика движений человека. Основные понятия кинематики и кинематические характеристики. Сложные движения. Описание движений тела человека во времени и пространстве. Динамика движений человека. Основные понятия и законы динамики. Геометрия масс тела человека и методы ее определения. Силы в движениях человека.

28. "Мышечно-скелетная система. Строение отдельных элементов тела человека. "

Мышечно-скелетная система. Строение отдельных элементов тела человека. Биомеханические свойства двигательного аппарата человека. Механические свойства мышц. Режимы сокращения и разновидности работы мышц. Упругие свойства мышц и сухожилий.

29. "Механическая работа и энергия при движении человека. "

Механическая работа и энергия при движении человека. Понятие «механическая работа». Внешняя и внутренняя работа. Вертикальная и продольная работа. Мощность механического движения. Количественная оценка эффективности механической работы.

30. "Основы биомеханического контроля. Измерения в биомеханике. "

Основы биомеханического контроля. Измерения в биомеханике. Лабораторные и натурные измерения. Биомеханические характеристики. Технические средства и методики измерения.

31. "Биомеханические особенности моторики человека. "

Биомеханические особенности моторики человека. Индивидуальные и групповые особенности моторики человека. Телосложение и моторика человека. Онтогенез моторики. Двигательная асимметрия и двигательные предпочтения. Биомеханика двигательных качеств человека. Биомеханика физических способностей человека (силовых, скоростных, выносливости, гибкости и координации).

32. "Антропометрические инструменты. Изучение антропометрических точек. Техника антропометрических измерений."

Антропометрические инструменты. Металлический антропометр Мартина, толстотный циркуль, скользящий циркуль, калипер, ручной динамометр, станковый динамометр. Изучение антропометрических точек. Техника антропометрических измерений. Измерение поперечных и обхватных размеров тела.

33. "Определение компонентов тела."

Определение компонентов тела. Определение жирового компонента. Определение мышечной массы тела.

34. "Определение физического развития методом индексов. Определение пропорций тела. "

Определение физического развития методом индексов. Определение пропорций тела.

35. "Особенности строения тела у спортсменов различных специализаций."

Особенности строения тела у спортсменов различных специализаций (баскетбол, борьба, легкая атлетика, плавание, тяжелая атлетика, бокс, лыжные гонки).

36. "Консультация перед зачетом"

7 семестр

1. "Понятие о здоровье, болезни и иммунной реактивности."

Основы общей патологии. Понятие о здоровье, болезни и иммунной реактивности. Диагностика, лечение и профилактика спортивных травм и заболеваний. Неотложная помощь при острых патологических состояниях в спорте. Доврачебная медицинская помощь при травмах, связанных с занятиями физкультурой и спортом: черепно-мозговой травме; повреждениях позвоночного столба и таза; переломах длинных трубчатых костей.

Доврачебная помощь при: кровотечениях, укусах змей, пчел, животных, повреждениях органов грудной клетки и брюшной полости.

2. "Основы общей патологии. Понятие о здоровье, болезни и иммунной реактивности. "

Диагностика, лечение и профилактика спортивных травм и заболеваний. Неотложная помощь при острых патологических состояниях в спорте
Доврачебная медицинская помощь при травмах, связанных с занятиями физкультурой и спортом: при черепно-мозговой травме; при повреждениях позвоночного столба и таза; при переломах длинных трубчатых костей.

Определение понятия здоровья по ВОЗ.

Определение понятия болезни.

Иммунная реактивность организма и спорт.

Причина травм при занятиях физкультурой и спортом.

Диагностика спортивных травм и заболеваний.

Лечение спортивных травм и заболеваний.

Профилактика спортивных травм и заболеваний.

3. "Доврачебная медицинская помощь при травмах, связанных с занятиями физкультурой и спортом."

Вопросы:

Неотложная помощь при острых патологических состояниях в спорте

Клиническая картина черепно-мозговой травмы.

Доврачебная помощь при черепно-мозговой травме

Клиническая картина переломов длинных трубчатых костей.

Доврачебная помощь при переломах верхней конечности

Доврачебная помощь при переломах нижней конечности.

Клиническая картина повреждений таза и тазовых органов.

Доврачебная помощь при повреждениях таза и тазовых органов.

Клиническая картина переломов позвоночного столба.

Доврачебная помощь при повреждениях позвоночного столба.

4. "Доврачебная помощь при: кровотечениях, укусах змей, пчел, животных, повреждениях органов грудной клетки и брюшной полости."

Вопросы:

Классификация кровотечений.

Причины возникновения кровотечений при занятиях физкультурой и спортом.

Клиническая картина кровотечений

Доврачебная помощь при кровотечениях.

Основные правила наложения жгута.

Транспортная иммобилизация при кровотечениях.

Клиническая картина повреждений органов брюшной полости при занятиях физкультурой и спортом.

Доврачебная помощь при повреждении органов брюшной полости.

Клиническая картина повреждений грудной клетки.

Доврачебная помощь при повреждениях грудной клетки.

Доврачебная помощь при укусах змей.

Доврачебная помощь при укусах собак и домашних животных.

5. "Методы исследований, применяемые во врачебном контроле."

История развития врачебного контроля в России. Методы исследований, применяемые во врачебном контроле. Комплексная унифицированная методика. Анамнез. Документация. Морфо-функциональные особенности систем организма спортсмена. Соматоскопия – наружный осмотр. Состояние мышечной системы. Жироотложение.

Грыжевые ворота. Грудная клетка. Формы живота. Позвоночник. Исследование формы рук и ног. Стопа. Антропометрические исследования. Масса тела, длина тела, окружность грудной клетки. Спирометрия. Динамометрия. Оценка физического развития.

6. "Методы исследований, применяемые во врачебном контроле."

История развития врачебного контроля в России. Методы исследований, применяемые во врачебном контроле. Комплексная унифицированная методика. Анамнез. Документация.

Вопросы:

История возникновения и этапы развития врачебного контроля в нашей стране.

Современные методы исследования спортсменов.

Сущность унифицированной методики обследования спортсменов.

Медицинская документация при обследовании физкультурников и спортсменов.

Анамнез и его значение для врачебного контроля.

7. "Морфо-функциональные особенности систем организма спортсмена."

Соматоскопия – наружный осмотр. Состояние мышечной системы. Жироотложение. Грыжевые ворота. Грудная клетка. Формы живота. Позвоночник. Исследование формы рук и ног.

Вопросы:

Современные методы исследования мышечной и жировой ткани у спортсменов.

Способы исследования грудной клетки.

Виды деформаций грудной клетки.

Способы определения длины рук и ног.

Способы определения оси верхней и нижней конечности.

8. "Оценка физического развития."

Антропометрические исследования. Масса тела, длина тела, окружность грудной клетки. Методы исследования стопы. Спирометрия. Динамометрия. Оценка физического развития.

Виды плоскостопий.

Метод Чижина в оценке плоскостопия.

Особенности определения окружности грудной клетки у разных возрастно-половых групп людей.

Способы изучения жизненной ёмкости легких.

Медицинская документация при обследовании физкультурников и спортсменов.

Анамнез и его значение для врачебного контроля.

Способы оценки физического развития детей.

9. "Динамические медицинские наблюдения за спортсменами с учетом возраста и пола."

Врачебно-педагогический контроль и врачебно-педагогические наблюдения. Самоконтроль

Сущность врачебно-педагогического контроля, назначение, цели и задачи. Принципы организации врачебно-педагогического контроля.

Содержание, цель и задачи врачебно-педагогических наблюдений (ВПН). Методы врачебно-педагогических наблюдений: непрерывного наблюдения, с дополнительной физической нагрузкой, определения суммарного влияния нагрузки, с повторными (контрольными) нагрузками. Выбор метода ВПН и методик исследования в зависимости от специфики вида спорта. Оценка результатов врачебно-педагогических наблюдений. Врачебная оценка уровня функциональной подготовленности. Варианты ответной реакции

организма на основную и дополнительную физическую нагрузку. Возрастные различия в реакции организма на физические нагрузки.

Самоконтроль. Задачи и содержание самоконтроля. Субъективные и объективные показатели. Простейшие функциональные пробы для самоконтроля. Правила и рекомендации по ведению дневника самоконтроля. Значение данных дневника в оценке реакции организма на нагрузки, их трактовка.

10. "Функциональные пробы используемые для оценки физического состояния спортсменов."

Классификация функциональных проб. Показания и противопоказания к проведению функциональных проб. Техника проведения проб. Динамические медицинские наблюдения за спортсменами с учетом возраста и пола.

Вопросы:

Классификация функциональных проб сердечно-сосудистой системы.

Показания для проведения функциональных проб.

Противопоказания для проведения функциональных проб.

Техника проведения функциональных проб.

Осложнения при проведении функциональных проб.

Динамические медицинские наблюдения за спортсменами с учетом возраста и пола.

11. "Врачебный контроль за школьниками и юными спортсменами."

Содержание врачебно-педагогических наблюдений за физическим развитием и воспитанием школьников и юных спортсменов. Медицинские показания и противопоказания к занятиям физической культурой и чрезмерным нагрузкам.

Требования к проведению занятий по физической культуре. Адекватность тренировочных нагрузок и занятий физической культурой в юном возрасте. Методика проведения и анализа тестов по определению физической работоспособности, адаптационных реакций функциональных систем организма. Сроки допуска к занятиям различными видами спорта. Спортивный отбор и ориентация. Врачебный контроль на этапах многолетней подготовки спортсменов.

12. "Врачебный контроль за лицами разного пола и возраста."

Содержание и особенности врачебно-педагогического контроля над женщинами-спортсменками и женщинами, занимающимися физической культурой. Влияние занятий физической культурой и спортом на работоспособность в различные фазы овариально-менструального цикла, беременности, послеродовый период. Контроль на половую принадлежность. Особенности врачебного контроля и принципы определения общей физической работоспособности у лиц среднего и пожилого возраста. Допустимость тренировочных и соревновательных нагрузок в среднем и старших возрастах. Подбор интенсивности физических нагрузок.

13. "Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы."

Типы реакций сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку. Оценка результатов проведения одномоментных функциональных проб сердечно-сосудистой системы с дозированной физической нагрузкой. Оценка результатов проведения двухмоментных функциональных проб.

14. "Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы"

Исследование частоты и характера пульса. Ритмичность пульса, наполнение пульса, напряжение пульса. Исследование артериального давления. Основные гемодинамические показатели, типы кровообращения по Савицкому. Основные методы исследования ССС (общеклинические, инструментальные, функциональные пробы). Структурные и

функциональные особенности спортивного сердца. Функциональное состояние ССС спортсменов в зависимости от направленности тренировочного процесса.

15. "Типы реакций ССС на физическую нагрузку."

Оценка результатов проведения одномоментных функциональных проб сердечно-сосудистой системы с дозированной физической нагрузкой. Типы реакций ССС на физическую нагрузку.

Вопросы:

Классификация одномоментных функциональных проб.

Современные методы исследования сердечно-сосудистой системы у спортсменов.

Типы реакций сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку.

Отличия неблагоприятных типов реакции сердечно-сосудистой системы у спортсменов друг от друга.

Медицинская документация при обследовании физкультурников и спортсменов.

16. "Оценка результатов проведения двухмоментных и трехмоментных функциональных проб."

Типы реакций ССС на физическую нагрузку.

Вопросы:

Классификация двухмоментных функциональных проб.

Место двухмоментных функциональных проб в исследовании сердечно-сосудистой системы у физкультурников и спортсменов.

Типы реакций сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку.

Медицинская документация.

17. "Функциональные пробы дыхательной системы."

Показания, противопоказания и техника проведения. Результаты оценки проб. Пробы с переменной положения тела. Исследование вестибулярного аппарата. Ортостатическая проба. Клино-ортостатическая проба. Оценка. Документация. Исследование функционального состояния нервной системы. Исследование функционального состояния нервно-мышечного аппарата у спортсменов (сила мышц, латентное время расслабления и напряжения, теппинг-тест). Исследование рефлексов. Функциональные пробы для исследования проприоцептивной и кинестетической чувствительности (скорости движений, воспроизведение движений в пространстве и напряжений в суставно-мышечном аппарате).

Координационная функция нервной системы. Методы оценки статической и динамической координации: пробы Ромберга: простая и усложненные; пальце-пальцевая, пальце-носовая, коленно-пяточная пробы, треморография, стабиллография и др.

18. "Функциональные пробы дыхательной системы."

Показания, противопоказания и техника проведения. Результаты оценки проб.

Вопросы:

Классификация функциональных проб дыхательной системы.

Физиологическое значение исследований дыхательной системы.

Место функциональных проб дыхательной системы в исследовании физкультурников и спортсменов.

Противопоказания для проведения функциональных проб дыхательной системы.

Техника проведения функциональных проб дыхательной системы.

Оценка различных функциональных проб дыхательной системы.

Медицинская документация.

19. "Функциональные пробы вегетативной нервной системы."

Пробы с переменной положения тела. Исследование вестибулярного аппарата. Ортостатическая проба. Клино-ортостатическая проба. Оценка. Документация.

Вопросы:

Классификация функциональных проб вегетативной нервной системы.

Физиологическое значение исследований функциональных проб вегетативной нервной системы.

Место функциональных проб вегетативной нервной системы в исследовании физкультурников и спортсменов.

Противопоказания для проведения функциональных проб вегетативной нервной системы.

Техника проведения функциональных проб вегетативной нервной системы.

Оценка различных функциональных проб вегетативной нервной системы.

Медицинская документация.

20. "Исследование функционального состояния нервной системы."

Оценка. Документация.

Вопросы:

Физиологическое значение исследований функционального состояния нервной системы.

Место функциональных проб нервной системы в исследовании физкультурников и спортсменов.

Классификация функциональных проб нервной системы.

Противопоказания для проведения функциональных проб нервной системы.

Техника проведения функциональных проб нервной системы.

Оценка функциональных проб нервной системы.

Медицинская документация.

21. "Понятие о физической работоспособности."

Понятие о физической работоспособности. Методы определения физической работоспособности. Показания и противопоказания к определению физической работоспособности. Проба Руффье. Методика тестирования. Оценка результатов тестирования.

22. "Понятие о физической работоспособности."

Понятие о физической работоспособности. Методы определения физической работоспособности.

Вопросы:

Анализ и оценка физической работоспособности в исследовании физкультурников и спортсменов.

Понятие «физическая работоспособность».

Современные методы определения физической работоспособности.

23. "Показания и противопоказания к определению физической работоспособности."

Показания и противопоказания к определению физической работоспособности. Проба Руффье. Методика тестирования. Оценка результатов тестирования.

Вопросы:

Показания к определению физической работоспособности.

Противопоказания к определению физической работоспособности.

Проба Руффье в определении физической работоспособности.

Техника проведения пробы Руффье.

Результаты определения физической работоспособности по методике Руффье.

24. **"Определение физической работоспособности по Гарвардскому степ-тесту (ИГСТ)."**
 Определение физической работоспособности по Гарвардскому степ-тесту (ИГСТ).
 Методика тестирования. Особенности тестирования у детей и подростков. Оценка результатов тестирования. Определение физической работоспособности по тесту PWC 170.
 Методика тестирования. Особенности тестирования у детей и подростков. Оценка результатов тестирования. Исследование максимального потребления кислорода.
25. **"Зоны интенсивности физической нагрузки."**
 Определение зон интенсивности физической нагрузки. Максимальные и субмаксимальные пробы для оценки физической работоспособности. Модификации пробы PWC170 (шаговая, беговая, лыжная, велосипедная, плавательная и др.). Функциональные пробы для расчета энергетических потенциалов организма: определение и расчет максимальной анаэробной мощности (МАМ) и максимального потребления кислорода (МПК).
26. **"Определение физической работоспособности по Гарвардскому степ-тесту."**
 Определение физической работоспособности по Гарвардскому степ-тесту (ИГСТ).
 Методика тестирования. Особенности тестирования у детей и подростков. Оценка результатов тестирования.
Вопросы:
 На чем базируется идея проведения Гарвардского степ-теста.
 Показания к определению физической работоспособности по ИГСТ.
 Противопоказания к определению физической работоспособности по ИГСТ.
 Техника проведения ИГСТ.
 Особенности тестирования детей и подростков.
 Возможные осложнения при проведении тестирования.
 Оценка результатов определения физической работоспособности по методике ИГСТ.
27. **"Определение физической работоспособности по тесту PWC 170."**
 Методика тестирования. Особенности тестирования у детей и подростков. Оценка результатов тестирования. Исследование максимального потребления кислорода.
Вопросы:
 Показания к определению физической работоспособности по тесту PWC170 (PWC150, PWC130).
 Противопоказания к определению физической работоспособности по тесту PWC170.
 Техника проведения теста PWC170..
 Особенности тестирования детей и подростков.
 Возможные осложнения при проведении тестирования PWC170..
 Оценка результатов определения физической работоспособности по тесту PWC170.
28. **"Специфические нагрузки для тестирования физической работоспособности."**
 Специфические нагрузки для тестирования физической работоспособности. Специфические нагрузки циклического характера. Проба с бегом. Проба с плаванием. Проба с бегом на лыжах. Проба с бегом на коньках. Проба с передвижением на велосипеде.
29. **"Определение физической работоспособности. Тесты Новакки и Купера."**
Вопросы:
 Особенности тестирования физической работоспособности с помощью теста Новакки.
 Особенности тестирования физической работоспособности с помощью теста Купера.
 Показания и противопоказания к тестированию.
30. **"Специфические нагрузки для тестирования физической работоспособности. Специфические нагрузки циклического характера."**

Проба с бегом. Проба с плаванием.

Вопросы:

Показания к определению физической работоспособности с помощью специфических физических нагрузок.

Противопоказания к определению физической работоспособности с помощью специфических физических нагрузок.

Специфические физические нагрузки циклического характера.

Техника проведения пробы с бегом.

Оценка результата тестирования проб с бегом.

Особенности тестирования детей и подростков.

Оценка результата тестирования проб с плаванием.

Возможные осложнения при проведении тестирования с помощью специфических нагрузок.

31. "Специфические нагрузки для тестирования физической работоспособности. Специфические нагрузки циклического характера. Проба с бегом. Проба с плаванием."

Проба с бегом на лыжах. Проба с бегом на коньках. Проба с передвижением на велосипеде.

Вопросы:

Техника проведения пробы с бегом на лыжах.

Оценка результата тестирования проб с бегом на лыжах.

Особенности тестирования детей и подростков в пробе с бегом на коньках.

Оценка результата тестирования проб с бегом на коньках.

Оценка результата тестирования проб с передвижением на велосипеде.

Возможные осложнения при проведении тестирования с помощью специфических нагрузок.

32. "Лекарственные средства в спортивной медицине."

Средства повышения спортивной работоспособности и ускорения восстановительных процессов. Врачебно-педагогические наблюдения. Врачебный контроль на тренировках и соревнованиях. Медицинское обеспечение массовой физической культуры.

33. "Лекарственные средства в спортивной медицине"

Лекарственные средства в спортивной медицине. Средства повышения спортивной работоспособности и ускорения восстановительных процессов.

Вопросы:

Классификация лекарственных препаратов.

Лекарственные средства, стимулирующие деятельность центральной нервной системы.

Лекарственные средства, угнетающие деятельность центральной нервной системы.

Лекарственные средства для повышения спортивной работоспособности

Средства ускорения восстановительных процессов.

Витаминные препараты.

34. " Врачебно-педагогические наблюдения."

Вопросы:

Врачебные наблюдения за лицами, занимающимися физкультурой и спортом.

Методическая основа врачебно-педагогических наблюдений.

Составление плана проведения учебно-тренировочного занятия или школьного урока.

Врачебный контроль за спортивным инвентарем, оборудованием, освещением, температурным режимом.

Контроль за функциональным состоянием учащихся.

Заключение по врачебно-педагогическому обследованию.

35. "Антидопинговый контроль в спорте."

Понятие «допинг». Исторические данные о применении допингов. Классификация допинговых средств и методов, их краткая характеристика. Механизм действия допинговых средств на организм. Анаболические стероиды и здоровье спортсменов. Группы наркотических и психотропных средств.

Общие положения антидопингового контроля. Организация и проведение антидопингового контроля. Обязанности и права спортсменов. Дисциплинарные процедуры и санкции при допинговых нарушениях.

36. Консультация перед экзаменом

8 семестр

1. "Введение. Общие основы кинезиотерапии"

Понятие о лечебной физической культуре. Основные этапы становления и развития ЛФК в России. Использование физических упражнений в профилактике и лечении заболеваний, осложнений, в восстановлении работоспособности у больных и травмированных. Показания и противопоказания к применению физических упражнений с лечебной целью. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений в свете представлений о болезни и лечении больного. Механизм лечебного действия физических упражнений.

2. "ЛФК как фактор функциональной патогенетической терапии и средство медицинской, социальной и трудовой реабилитации."

Использование физических упражнений в профилактике и лечении заболеваний, осложнений, в восстановлении работоспособности у больных и травмированных. Показания и противопоказания к применению физических упражнений с лечебной целью. ЛФК как фактор функциональной, патогенетической терапии и средство медицинской, социальной и трудовой реабилитации.

Периодизация в системе реабилитации больных. Двигательные режимы как составной элемент лечебного режима. Краткая характеристика, двигательных режимов в стационаре, реабилитационном центре, санатории.

3. "Основные принципы медицинской реабилитации"

Основные принципы медицинской реабилитации. Основы методики применения физических упражнений. Средства и формы лечебной физкультуры. Основные принципы медицинской реабилитации. Основные методы применения физических упражнений с лечебной целью и в системе физической реабилитации. Средства и формы ЛФК. Классификация физических упражнений. Способы дозировки физических упражнений.

4. "Периодизация в системе реабилитации больных."

Периодизация в системе реабилитации больных. Двигательные режимы как составной элемент лечебного режима. Краткая характеристика, двигательных режимов в стационаре, реабилитационном центре, санатории. Основные принципы медицинской реабилитации. Основы методики применения физических упражнений с лечебной целью и в системе физической реабилитации. Классификация физических упражнений. Дозировка физических упражнений и периоды их применения.

5. "Особенности ЛФК с различными возрастными группами."

Возрастная классификация. Анатомо-физиологические и психологические особенности детей дошкольного, школьного возраста. Особенности занятий ЛФК с детьми. **Изменения, происходящие с возрастом.** Особенности занятий с пациентами старшего возраста. **Задачи ЛФК в каждом возрастном периоде.**

6. "Особенности ЛФК с различными возрастными группами."

Особенности проведения ЛФК с различными возрастными группами. Возрастная периодизация. Характеристика возрастных особенностей людей в различные периоды. Особенности занятий ЛФК с детьми дошкольного и школьного возраста. ЛФК для лиц среднего и пожилого возраста. **Теории старения.**

7. "ЛФК при заболеваниях суставов."

ЛФК при заболеваниях суставов. Классификация заболеваний суставов. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Артриты, ревматоидный артрит. Остеоартрозы. Заболевания суставов у спортсменов. Характеристика артрозов (первичных и вторичных) и артритов (специфических и неспецифических). Содержание комплексного лечения. Задачи ЛФК по двигательным режимам. Характеристика физических упражнений и особенности методики ЛФК по периодам и режимам.

8. "ЛФК при заболеваниях суставов."

Составление комплекса упражнений ЛФК при заболеваниях суставов. Выполнение комплекса ЛФК при заболеваниях суставов, анализ и обсуждение составленного комплекса и разработка рекомендаций по работе с людьми с заболеваниями суставов.

9. "Лечебная физкультура в травматологии."

Лечебная физкультура в травматологии. Понятие о травматизме, его виды, причины. Классификация травм. Общие принципы ЛФК в лечении травм. Механизм лечебного действия физических упражнений при травмах. Переломы костей, их классификация, оказание первой помощи. Методы лечения.

10. "Лечебная физкультура в травматологии."

Понятие о травматизме. Классификация травм и осложнений. Краткая характеристика травм опорно-двигательного аппарата (ОДА) и их основные клинические проявления. Механизмы лечебного действия физических упражнений при травмах ОДА. Особенности методики ЛФК при травмах ОДА.

11. "Лечебная физкультура в травматологии."

Особенности методики ЛФК при повреждении мягких тканей (мышц, связок, сухожилий), при переломах костей (конечностей, таза, позвоночника, повреждениях суставов). Методы лечения: оперативное и консервативное (гипсовые повязки, вытяжение и пр.). Выполнение контрольных заданий. Решение ситуационных задач. Разработка комплекса физических упражнений, ориентированных для лиц с травматическим повреждением ОДА, его проведение (индивидуальная или групповая формы). Анализ содержания комплекса физических упражнений и оценка качества его проведения.

12. "ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы."

Характеристика основных заболеваний сердца и сосудов. Заболевания сердца у спортсменов, острое и хроническое перенапряжение. Компенсированное и декомпенсированное состояние кровообращения. Степени нарушения кровообращения. Принципы ЛФК и механизм лечебного действия физических упражнений.

13. "ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы."

Краткие данные об этиологии, патогенезе и основных симптомах заболеваний сердечно-сосудистой системы (ишемическая болезнь сердца, инфаркт миокарда, пороки сердца, атеросклероз, гипертоническая и гипотоническая болезнь, заболевания сосудов и пр.). Показания и противопоказания к назначению ЛФК. Механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Особенности методики ЛФК в зависимости от вида и тяжести сердечно-сосудистой патологии. Разработка и проведение комплексов физических упражнений, ориентированных для лиц с разной патологией кардиоваскулярной системы. Анализ структуры и качества проведения занятия по ЛФК.

14. "ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы."

Разработка и проведение комплексов физических упражнений, ориентированных для лиц с разной патологией кардиоваскулярной системы. Анализ структуры и качества проведения занятия по ЛФК. Задачи ЛФК при ишемической болезни сердца.

15. "ЛФК при гипертонической болезни."

Понятие, этиология, патогенез и клиника гипертонической болезни. Классификация гипертонической болезни. Применение ЛФК при гипертонической болезни.

16. "ЛФК при гипертонической болезни."

Понятие, этиология, патогенез и клиника гипертонической болезни. Классификация гипертонической болезни. Применение ЛФК при гипертонической болезни.

17. "ЛФК при заболеваниях органов дыхания."

Краткая характеристика заболеваний органов дыхания. Механизм лечебного действия физических упражнений. Общие принципы ЛФК. Применение ЛФК при некоторых заболеваниях дыхательной системы.

18. "ЛФК при заболеваниях органов дыхания."

Клиническая картина заболеваний: бронхита, пневмонии, бронхиальной астмы. Понятие о дыхательной недостаточности. Механизм лечебного действия физических упражнений. ЛФК при заболеваниях органов дыхания. Решение ситуационных задач. Разработка и проведение комплексов ЛФК, ориентированных для лиц с различными нарушениями дыхательной функции. Анализ содержания комплекса физических упражнений и оценка качества его проведения. Методики лечебной физкультуры при заболеваниях органов дыхания. Звуковая гимнастика. Метод волевой ликвидации глубокого дыхания (ВЛГД) К.П. Бутейко. Парадоксальная дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой. Современные Восточные дыхательные системы.

19. "ЛФК при заболеваниях органов дыхания."

Разработка и проведение комплексов ЛФК, ориентированных для лиц с различными нарушениями дыхательной функции. Анализ содержания комплекса физических упражнений и оценка качества его проведения. Методики лечебной физкультуры при заболеваниях органов дыхания. Звуковая гимнастика. Метод волевой ликвидации глубокого дыхания (ВЛГД) К.П. Бутейко. Парадоксальная дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой. Современные Восточные дыхательные системы.

20. "ЛФК при нарушении зрения."

Причины и факторы риска Основы методики ЛФК при миопии, дальнозоркости и астигматизме. Различные инновационные методики лечения и улучшения зрения. Корригирующие упражнения для глаз.

21. "ЛФК при нарушении зрения."

Причины и факторы риска Основы методики ЛФК при миопии, дальнозоркости и астигматизме. Инновационные методики лечения и улучшения зрения. Корректирующие упражнения для глаз.

22. "ЛФК при нарушении зрения."

Инновационные методики лечения и улучшения зрения. Корректирующие упражнения для глаз. Методика улучшения зрения по методу Бейтса. Методика улучшения зрения Эдуарда Аветисова.

23. "ЛФК при нарушениях обмена веществ."

Механизм лечебного действия физических упражнений. Характеристика сахарного диабета, ожирения. Лечебная физическая культура при нарушениях обмена веществ.

24. "ЛФК при нарушениях обмена веществ."

Краткая клиническая характеристика сахарного диабета. Механизм действия физических упражнений при сахарном диабете. Показания, противопоказания. Особенности методики ЛФК при отдельных расстройствах обмена веществ. Алиментарное ожирение, степени ожирения, определение индекса массы тела. Непрерывный метод оздоровительной тренировки при алиментарном ожирении. Просмотр, обсуждение, анализ фильма «вакцина от жира». Составление и проведение комплекса лечебной гимнастики, ориентированных для лиц с расстройствами обмена веществ, его проведение. Анализ содержания комплекса физических упражнений и оценка качества его проведения.

25. "ЛФК при нарушениях обмена веществ."

Просмотр, обсуждение, анализ фильма «вакцина от жира». Составление и проведение комплекса лечебной гимнастики, ориентированных для лиц с расстройствами обмена веществ, его проведение. Анализ содержания комплекса физических упражнений и оценка качества его проведения.

26. "ЛФК при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата у детей."

ЛФК при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата у детей. Возрастная периодизация детского возраста, анатомо-физиологическая характеристика детского возраста. Особенности течения травм у детей. Общие методические указания по реабилитационным мероприятиям. Определение дисплазии тазобедренного сустава и врождённого вывиха бедра. Клиническая диагностика и методика проведения ЛФК при консервативном и оперативном лечении. Осанка и нарушения осанки, сколиотическая болезнь.

27. "ЛФК при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата у детей."

Особенности течения травм у детей. Общие методические указания по реабилитационным мероприятиям. Определение дисплазии тазобедренного сустава и врождённого вывиха бедра. Клиническая диагностика и методика проведения ЛФК при консервативном и оперативном лечении. Понятие об осанке. Классификация нарушений осанки. Краткая клиническая характеристика различных дефектов осанки. Методика ЛФК при нарушениях осанки и механизмы лечебного действия физических упражнений. Организация занятий ЛФК с детьми, имеющими нарушения осанки. Профилактика нарушений осанки.

28. "ЛФК при нарушениях осанки."

Сколиотическая болезнь. Виды сколиоза. Особенности методики ЛФК в зависимости от степени и локализации сколиоза. Составление комплекса лечебной гимнастики,

ориентированных для лиц с дефектами и заболеваниями опорно-двигательного аппарата, его проведение. Анализ содержания комплекса физических упражнений и оценка качества его проведения.

29. "ЛФК в системе реабилитации спортивной травмы."

Особенности повреждений опорно-двигательного аппарата у спортсменов в различных видах спорта. Черепно-мозговые травмы в спорте. Травмы: острые, хронические, усталостные. Причины травматизма в спорте. Первая помощь при спортивных травмах.

30. "ЛФК в системе реабилитации спортивной травмы."

Особенности повреждений опорно-двигательного аппарата у спортсменов в различных видах спорта. Черепно-мозговые травмы в спорте. Травмы: острые, хронические, усталостные. Причины травматизма в спорте. Первая помощь при спортивных травмах.

31. "ЛФК в системе реабилитации спортивной травмы."

Наиболее типичные заболевания и травмы в различных видах спорта. Особенности методики реабилитации в этих видах спорта.

32. "Влияние массажа на организм."

Анатомо-физиологические основы массажа. Механизм действия на соединительно-тканые образования, гомеостаз и функциональные системы (дыхательную, сердечно-сосудистую, нервную). Гигиенические основы массажа. Требования к помещению и оборудованию, массажисту. Показания и противопоказания к применению массажа.

33. "Влияние массажа на организм."

Анатомические и физиологические обоснования массажа, виды массажа. Механизмы физиологического влияния массажа на организм: нервный, гуморальный, механический. Общие показания и противопоказания к назначению массажа.

34. "Влияние массажа на организм."

Гигиенические основы массажа (требования к помещению, инвентарю, массажисту и массируемому).

Профессиональная этика массажиста. Обязанности массажиста в отношении клиента: Профессиональные качества массажиста.

Режим работы массажиста.

Общие принципы рационализации работы массажиста.

35. "Классификация видов и систем массажа."

Классификация видов и систем массажа: лечебный, гигиенический, спортивный, косметический.

Особенности систем массажа 1. Европейский классический массаж 2. Финский и Шведский массаж 3. Российская система массажа 4. Восточная система массажа.

Эргономические основы массажа. Биомеханические принципы.

36. "Классификация видов и систем массажа."

Системы (русская, финская, шведская), методы (аппаратный, комбинированный, гидромассаж) и формы массажа (общий и частный). Демонстрация и выполнение основных приемов финского, шведского массажа.

37. "Эргономика при массаже."

Демонстрация и выполнение эргономических и биомеханических принципов при выполнении массажа. Силовой массаж (принципы и методика его выполнения), особенности применения в зависимости от пола и возраста.

38. "Приёмы массажа."

Техника классического массажа. Основные приёмы классического массажа и их разновидности. Техника массажа отдельных частей тела.

39. "Классификация и приёмы массажа. "

Понятие о приемах массажа (поглаживание, растирание, разминание, вибрация, движения). Особенности физиологического влияния отдельных приемов массажа на ткани, органы и системы организма. Техника выполнения основных и вспомогательных приемов поглаживания, выжимания, растирания. Особенности выполнения приемов на различных участках тела. Ошибки, встречающиеся при проведении приемов массажа. Особенности выполнения приемов на различных участках тела. Ошибки, встречающиеся при проведении приемов массажа.

40. "Классификация и приёмы массажа. "

Техника выполнения основных и вспомогательных приемов разминания и вибрации. Особенности выполнения приемов на различных участках тела. Ошибки, встречающиеся при проведении приемов массажа. Особенности выполнения приемов на различных участках тела. Ошибки, встречающиеся при проведении приемов массажа. Разновидности и техника приемов движений в суставах (активные, пассивные, с сопротивлением) в процедуре массажа. Сочетание приемов массажа. Частные методики массажа отдельных участков тела (мышц, суставов и т.д.). Методика сеанса общего массажа.

41. "Массаж в отдельных видах спорта."

Спортивная борьба и другие виды единоборств. Водные виды спорта. Лыжный и конькобежный спорт. Лёгкая атлетика. Тяжёлая атлетика. Игровые виды спорта.

42. "Массаж в отдельных видах спорта."

Наиболее типичные заболевания и травмы в лыжных видах спорта, биатлоне, легкой атлетике. Особенности методик массажа в этих видах спорта. Наиболее типичные заболевания и травмы в единоборствах (борьба, бокс). Особенности методик массажа в этих видах спорта. Наиболее типичные заболевания и травмы в тяжелой атлетике, плавании, гребле. Особенности методик массажа в этих видах спорта.

43. "Массаж в отдельных видах спорта."

Наиболее типичные заболевания и травмы в игровых видах спорта (волейбол, баскетбол, хоккей, футбол). Особенности методик массажа в этих видах спорта. Методики реабилитационного массажа (классического, сегментарного, точечного) применительно к видам спорта.

44. "Лечебный массаж при спортивных травмах и некоторых заболеваниях опорно-двигательного аппарата."

Заболевания и повреждения мышц. Заболевания и повреждения сухожилий. Заболевания и повреждения суставов. Массаж при лечении переломов костей.

45. "Лечебный массаж при заболеваниях и спортивных травмах ОДА."

Массаж в системе реабилитации спортсменов.

Частные методики лечебного массажа.

46. "Кинезиологическое тейпирование как средство адаптивной физической культуры"

Кинезиологическое тейпирование как средство адаптивной физической культуры, история создания и развития классической методики кинезиологического тейпирования,

клинико-физиологическое обоснование и механизм действия кинезиологических тейпов, основные правила работы с аппликациями в кинезиологическом тейпировании, основные техники аппликаций кинезиологического тейпирования: мышечное кинезиологическое тейпирование, корригирующие техники

47. "Кинезиологическое тейпирование как средство адаптивной физической культуры."

Подготовка кожи к процедуре кинезиологического тейпирования, нанесение и удаление аппликации кинезиологического тейпа.

Основные виды аппликаций и степень натяжения тейпа. Мышечное кинезиологическое тейпирование: методика ингибиции (расслабления) мышцы. Методика фасциатации (поддержки) мышцы.

Корригирующие техники: механическая коррекция, фасциальная коррекция, послабляющая коррекция, связочная/сухожильная коррекция, функциональная коррекция, лимфатическая/микроциркуляторная коррекция, эпидермальная коррекция, применение сложных и комбинированных техник аппликаций.

48. "Кинезиологическое тейпирование как средство адаптивной физической культуры."

Кинезиологическое тейпирование в травматологии и ортопедии. Кинезиологическое тейпирование в подиатрии.

49. "Методы применения аппаратного массажа."

Методы применения аппаратного массажа. Вибромассаж. Применение игольчатых вибраторов. Вакуум массаж. Гидромассаж. Криомассаж. Применение лекарственных средств (мазей, гелей). Особенности применения сауны (парной бани) для восстановления работоспособности.

50. "Методы аппаратного массажа. "

Характеристики аппаратного (вибрационного, пневматического, гидромассажа, баромассажа, электростимуляционного) массажа. Роль этих методов в спортивной практике.

Применение лекарственных средств в спорте. Методика массажа в сочетании с физическими факторами.

51. "Методы аппаратного массажа. "

Методика комбинированного (ручного и аппаратного) массажа. Применение различных растирок, мазей и кремов в восстановительном массаже, их физиологическое действие, дозировка и методика сочетания с массажем.

52. Консультация перед экзаменом.

5. Учебно-методическое обеспечение и планирование самостоятельной работы обучающихся

Таблица 3

№ Темы	Темы	Формы СРС, включая требования к подготовке к занятиям
	5 семестр	
	Медико-биологические основы физической культуры и спорта	
1	Здоровье и определяющие его факторы. Показатели здоровья, их определение и оценка.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
2	Оценка типов работоспособности у человека(жаворонки, совы, голуби). Определение параметров биоритма (мезора, амплитуды, акрофазы) ЧСС, температуры тела.	Проработка лекций Подготовка доклада по темам: 1. Значение биоритмов в управлении тренировочным процессом. 2. Биоритмы физиологических процессов и тренировочные нагрузки. 3. Влияние биоритмов на спортивную работоспособность. 4. Современные исследования влияния биоритмов на спортивный результат 5. Паспортный и биологический возраст
3	Оказание первой медицинской помощи при острых отравлениях.	Проработка лекций
4	Переход к здоровому образу жизни как объективная необходимость.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
5	Термические повреждения. Оказание первой медицинской помощи.	Проработка лекций
6	Закрытые повреждения. Первая медицинская помощь.	Проработка лекций
7	Бiosoциальные основания здорового образа жизни.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
8	Утопления, оказание первой медицинской помощи.	Проработка лекций
9	Отравления при укусах ядовитых змей и насекомых. Укусы животных.	Проработка лекций
10	Задающие факторы здорового образа жизни.	Чтение обязательной и дополнительной литературы

11	Характеристика инфекционного процесса. Профилактика инфекционных заболеваний. Кишечные инфекции.	Проработка лекций Подготовить сообщения по темам: 1. Общие и местные признаки воспаления. 2. Понятие об атрофии, возможные причины атрофических процессов у спортсменов. 3. Общее представление о дистрофических процессах. Меры профилактики дистрофии у спортсменов.
12	Простейшие медицинские манипуляции.	Проработка лекций
13	Двигательная активность - ведущий фактор здорового образа жизни..	Чтение обязательной и дополнительной литературы
14	Повреждения головы и позвоночника.	Проработка лекций
15	Кровотечения.	Проработка лекций
16	Пути формирования режима двигательной активности юношей и девушек.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
17	Общая и частная десмургия.	Проработка лекций
18	Переломы костей. Первая медицинская помощь при переломах.	Проработка лекций
19	Оздоровительные технологии.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
20	Повреждения и заболевания грудной клетки и органов брюшной полости.	Проработка лекций
21	Реанимация. Простейшие реанимационные мероприятия.	Проработка лекций
22	Факторы, отрицательно влияющие на здоровье человека.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
23	Методы оздоровления и укрепления здоровья: рациональное питание, физическая культура и закаливание.	Проработка лекций
24	Вредные привычки, их роль в формировании здоровья. Злоупотребление психоактивными веществами	Проработка лекций

25	Болезни кардиореспираторной системы..	Чтение обязательной и дополнительной литературы
26	Массаж, его виды и применение.	Проработка лекций
27	Основные понятия биомеханики. Кинематика движений человека. Динамика движений человека.	Проработка лекций
28	Мышечно-скелетная система. Строение отдельных элементов тела человека.	Проработка лекций
29	Механическая работа и энергия при движении человека.	Проработка лекций
30	Основы биомеханического контроля. Измерения в биомеханике.	Проработка лекций
31	Биомеханические особенности моторики человека.	Проработка лекций
32	Антропометрические инструменты. Изучение антропометрических точек. Техника антропометрических измерений.	Проработка лекций
33	Определение компонентов тела.	Проработка лекций
34	Определение физического развития методом индексов. Определение пропорций тела.	Проработка лекций Подготовить развернутые ответы по темам: 1. Методы оценки физического развития: метод антропометрических стандартов, метод индексов и другие методы. 2. Особенности физического развития и телосложения спортсменов, занимающихся различными видами спорта. 3. Взаимосвязь двигательной активности с уровнем физического развития и здоровья человека.
35	Особенности строения тела у спортсменов различных специализаций.	Проработка лекций
36	Консультация перед зачетом	Самостоятельное изучение заданного материала

37	Медико-биологические основы физической культуры и спорта 5 семестр (основы медицинских знаний и биомеханика)	Самостоятельное изучение заданного материала
	7 семестр	
	Медико-биологические основы физической культуры и спорта	
1	Понятие о здоровье, болезни и иммунной реактивности.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
2	Основы общей патологии. Понятие о здоровье, болезни и иммунной реактивности.	Проработка лекций
3	Доврачебная медицинская помощь при травмах, связанных с занятиями физкультурой и спортом.	Проработка лекций Подготовить доклад и презентацию по темам: 1. Общее представление о состояниях: грогги, нокдаун, нокаут; доврачебная помощь, меры профилактики. 2. Тупые травмы сердца: сотрясение и контузия сердца; признаки травм, доврачебная помощь. Меры неотложной помощи при состояниях, угрожающих жизни спортсмена. 3. Показания к применению реанимационных мероприятий. Методика проведения непрямого массажа и искусственного дыхания «изо рта в рот» и «изо рта в нос». 4. Признаки эффективного применения реанимационных мероприятий; время прекращения реанимационных мероприятий. Основные знания и умения.
4	Доврачебная помощь при: кровотечениях, укусах змей, пчел, животных, повреждениях органов грудной клетки и брюшной полости.	Проработка лекций
5	Методы исследований, применяемые во врачебном контроле.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
6	Методы исследований, применяемые во врачебном контроле.	Проработка лекций

7	Морфо-функциональные особенности систем организма спортсмена.	Проработка лекций
8	Оценка физического развития.	Проработка лекций Практическое задание: Составление анамнеза ориентированного на выявление генотипических и филогенетических факторов влияющих на морфологический статус спортсмена. Организация и проведение соматоскопии. Визуальная оценка физического развития, плантография. Измерение антропометрических основных и дополнительных параметров. Оценка физического развития с помощью метода индексов и стандартов. Вычерчивание антропометрического профиля.
9	Динамические медицинские наблюдения за спортсменами с учетом возраста и пола.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
10	Функциональные пробы используемые для оценки физического состояния спортсменов.	Проработка лекций

11	<p>Врачебный контроль за школьниками и юными спортсменами.</p>	<p>Проработка лекций Прочитать и ознакомиться с информацией по следующим темам: Особенности врачебного контроля за детьми, подростками и юношами, занимающимися физической культурой. Возрастные группы и их морфофункциональные особенности. Характеристика периода полового созревания. Паспортный и биологический возраст. Особенности врачебного контроля в учебных заведениях, коллективах физической культуры и спортивных секциях. Принципы формирования медицинских групп для занятий физической культурой.</p> <p>Подготовить устные сообщения по темам:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Значение носового дыхания для юных спортсменов. 2. Основные медицинские требования к дозированию физических нагрузок при занятиях с детьми и подростками. 3. Врачебная оценка ранней спортивной специализации. 4. Возрастные нормативы для начала занятий различными видами спорта в детских спортивных школах.
----	--	--

12	<p>Врачебный контроль за лицами разного пола и возраста.</p>	<p>Ознакомиться с теоретическим материалом по следующим разделам: Врачебный контроль за девочками, девушками и женщинами, Морфофункциональные особенности женского организма. Понятие об овариально-менструальном цикле (ОМЦ), времени его формирования и становления. Особенности функционального состояния организма девушки в различные фазы ОМЦ. Принципы построения занятий физической культурой и спортом в связи с особенностями течения различных фаз ОМЦ. Влияние физической культуры и спорта на беременность, роды и послеродовой периоды. Особенности самоконтроля женщины-спортсменки. Значение результатов самоконтроля для врача, тренера и спортсменки. Секс-контроль в спорте; процедура контроля на половую принадлежность. Подготовить устные сообщения в рамках подготовки ответов на вопросы к экзамену:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Морфофункциональные особенности женского организма. Формирование и становление ОМЦ. 2. Функциональное состояние организма женщины (девушки) в различные фазы ОМЦ. 3. Влияние физической нагрузки на течение ОМЦ. 4. Самоконтроль женщин-спортсменок. <p>Основные знания и умения. Студент должен знать фазы ОМЦ и изменение работоспособности. Уметь разрабатывать комплекс мероприятий направленных на поддержание работоспособности в зависимости от фаз ОМЦ.</p>
----	--	---

13	Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы.	<p>Чтение обязательной и дополнительной литературы</p> <p>Подготовить доклад и презентацию по темам:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Патологическая дилатация сердца у спортсмена, ее признаки, наиболее частые причины развития патологической дилатации у спортсменов. Патологическая гипертрофия миокарда у спортсменов, причины ее развития, меры профилактики. 2. Электрокардиография и эхокардиография – методы диагностики гипертрофии миокарда. Понятие о физиологической (рабочей) гипотонии. 3. Характер изменения АД у спортсменов при выполнении физической нагрузки различной мощности. 4. Понятие о вегето-сосудистой дистонии по гипотоническому и гипертоническому типу. Причины и механизмы развития этих состояний.
14	Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы	Проработка лекций
15	Типы реакций ССС на физическую нагрузку.	<p>Проработка лекций</p> <p>Практическое задание на определение типов реакции ССС на физическую нагрузку, формулировка выводов о функциональном состоянии спортсмена.</p>
16	Оценка результатов проведения двухмоментных и трехмоментных функциональных проб.	<p>Проработка лекций</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Перечислить задачи тестирования в спортивной медицине. 2. Ознакомиться с методикой проведения и оценкой результатов следующих тестов: проба Мартине, Котова–Дешина, Мастера. 3. Ознакомиться с методикой комбинированной функциональной проба С.П. Летунова. 4. Ознакомиться с наиболее часто используемыми непрямыми методами определения МПК (по номограмме И. Астранда, по Добельну и В.Л. Карпману). 5. Перечислить факторы, влияющие на величину МПК у спортсменов. <p>Иметь понятие об ортостатической устойчивости, изменении гемодинамики при ортостазе.</p> <ol style="list-style-type: none"> 6. Дать понятие об ортостатическом коллапсе. 7. Изучить влияние натуживания на кровообращение.

17	Функциональные пробы дыхательной системы.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
18	Функциональные пробы дыхательной системы.	Проработка лекций Практическое задание: оценка состояния кардио-респираторной системы при проведении проб Штанге и Генчи и определение условий, обеспечивающих устойчивость к гипоксемии, гипоксии. Динамическая спирометрия. Проба Розенталя. Проба Шафрановского. Проба Серкина.
19	Функциональные пробы вегетативной нервной системы.	Проработка лекций Практическое задание: методы оценки вегетативной нервной системы. 1) Оценка вегетативного индекса Кердо (ВИК) 2) Дермографизм (кожно-сосудистая реакция). 3) Ортостатическая проба. 4) Клиностатическая проба.
20	Исследование функционального состояния нервной системы.	Проработка лекций Оценка состояния нервной системы Осуществить следующие функциональные пробы. Проба Ашнера. Проба Ромберга.
21	Понятие о физической работоспособности.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
22	Понятие о физической работоспособности.	Проработка лекций
23	Показания и противопоказания к определению физической работоспособности.	Проработка лекций
24	Определение физической работоспособности по Гарвардскому степ-тесту (ИГСТ).	Чтение обязательной и дополнительной литературы
25	Зоны интенсивности физической нагрузки.	Проработка лекций
26	Определение физической работоспособности по Гарвардскому степ-тесту.	Проработка лекций
27	Определение физической работоспособности по тесту PWC 170.	Проработка лекций
28	Специфические нагрузки для тестирования физической работоспособности.	Чтение обязательной и дополнительной литературы

29	Определение физической работоспособности. Тесты Новакки и Купера.	Проработка лекций
30	Специфические нагрузки для тестирования физической работоспособности. Специфические нагрузки циклического характера.	Проработка лекций
31	Специфические нагрузки для тестирования физической работоспособности. Специфические нагрузки циклического характера. Проба с бегом. Проба с плаванием.	Проработка лекций
32	Лекарственные средства в спортивной медицине.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
33	Лекарственные средства в спортивной медицине	<p>Проработка лекций</p> <p>Ознакомиться с теоретическим разделом по следующим положениям:</p> <p>Медикобиологические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности.</p> <p>Роль композиции основных питательных веществ в энергетическом и пластическом обеспечении организма спортсмена после напряженных тренировок и соревнований.</p> <p>Продукты повышенной биологической ценности, их роль в повышении и ускорении процессов восстановления после тренировок и соревнований.</p> <p>Витаминизация.</p> <p>Фармакологические средства – основные требования к применению. Общие принципы формирования восстановительных комплексов. Препараты пластического действия, их влияние на организм человека; показания к применению. Препараты энергетического действия, их влияние на организм спортсмена.</p> <p>Лечебные мази, кремы, гели – средства реабилитации после травм и заболеваний опорно-двигательного аппарата, а также ускорения восстановительных процессов.</p> <p>Методика использования, показания к применению.</p>

34	Врачебно-педагогические наблюдения.	Подготовить устные сообщения по темам: 1. Значение ВПН в определении специальной работоспособности и уровня тренированности спортсмена, а также в повышении эффективности тренировочного процесса. 2. Виды проб при ВПН. 3. Врачебный контроль за готовностью мест соревнований, размещением участников, пунктов питания, организация медпункта.
35	Антидопинговый контроль в спорте.	Проработка лекций Подготовить устные сообщения по темам: Патологическое влияние допингов на организм спортсмена. Санкции против спортсменов, принимавших допинги.
36	Перед экзаменом	Самостоятельное изучение заданного материала
37	Медико-биологические основы физической культуры и спорта	Самостоятельное изучение заданного материала
	8 семестр	
	Медико-биологические основы физической культуры и спорта	
1	Введение. Общие основы кинезиотерапии	Чтение обязательной и дополнительной литературы
2	ЛФК как фактор функциональной патогенетической терапии и средство медицинской, социальной и трудовой реабилитации.	Проработка лекций
3	Основные принципы медицинской реабилитации	Чтение обязательной и дополнительной литературы
4	Периодизация в системе реабилитации больных.	Проработка лекций
5	Особенности ЛФК с различными возрастными группами.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
6	Особенности ЛФК с различными возрастными группами.	Проработка лекций
7	ЛФК при заболеваниях суставов.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
8	ЛФК при заболеваниях суставов.	Проработка лекций

9	Лечебная физкультура в травматологии.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
10	Лечебная физкультура в травматологии.	Проработка лекций
11	Лечебная физкультура в травматологии.	Проработка лекций
12	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
13	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	Проработка лекций
14	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	Проработка лекций
15	ЛФК при гипертонической болезни.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
16	ЛФК при гипертонической болезни.	Проработка лекций
17	ЛФК при заболеваниях органов дыхания.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
18	ЛФК при заболеваниях органов дыхания.	Проработка лекций
19	ЛФК при заболеваниях органов дыхания.	Проработка лекций
20	ЛФК при нарушении зрения.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
21	ЛФК при нарушении зрения.	Проработка лекций
22	ЛФК при нарушении зрения.	Проработка лекций
23	ЛФК при нарушениях обмена веществ.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
24	ЛФК при нарушениях обмена веществ.	Проработка лекций
25	ЛФК при нарушениях обмена веществ.	Проработка лекций
26	ЛФК при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата у детей.	Чтение обязательной и дополнительной литературы

27	ЛФК при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата у детей.	Проработка лекций Подготовить доклад и презентацию по темам: 1. Лечебная физкультура при деформациях опорно-двигательного аппарата у детей. 2. Лечебная физкультура при дефектах осанки. 3. Лечебная физкультура при дефектах осанки в сагиттальной плоскости. Лечебная физкультура при нарушениях осанки во фронтальной плоскости. 4. Лечебная физкультура при деформациях позвоночника. 5. Лечебная физкультура при сколиозах. 6. Лечебная физкультура при кифозах. Лечебная физкультура при лордозах. 7. Лечебная физкультура при кривошее. 8. Лечебная физкультура при плоскостопии. 9. Лечебная физкультура при косолапости.
28	ЛФК при нарушениях осанки.	Проработка лекций
29	ЛФК в системе реабилитации спортивной травмы.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
30	ЛФК в системе реабилитации спортивной травмы.	Проработка лекций Подготовить доклад по темам: Спортивные травмы: 1. Причины, профилактика спортивных травм и реабилитация спортсменов. 2. Классификация спорттравм. Диагностика и лечение травм опорно-двигательного аппарата. 3. Медицинская и спортивная реабилитация спортсменов с повреждениями опорно-двигательного аппарата. 4. Организация первой помощи спортсменам при острых травмах в условиях тренировок и соревнований. 5. Организация медицинской помощи спортсменам и населению в условиях массовых спортивных мероприятий и физкультурных праздников.
31	ЛФК в системе реабилитации спортивной травмы.	Проработка лекций
32	Влияние массажа на организм.	Чтение обязательной и дополнительной литературы

33	Влияние массажа на организм.	<p>Подготовить доклад и презентацию по темам: Массаж в комплексном лечении и реабилитации.</p> <p>Краткие исторические сведения о массаже. Показания и противопоказания для проведения массажа. Влияние массажа на организм. Влияние массажа на кожу. Влияние массажа на мышцы, связки, суставы. Влияние массажа на кровеносную и лимфатическую системы. Влияние массажа на обмен веществ. Влияние массажа на нервную систему. Характеристика видов массажа. Классификация массажа. Лечебный массаж. Спортивный массаж. Гигиенический массаж. Косметический массаж. Гинекологический и урологический массаж. Лечебный массаж. Спортивный массаж. Гигиенический массаж. Косметический массаж. Общий, частный массаж, самомассаж. Ручной, аппаратный, комбинированный массаж. Сегментарный массаж. Точечный массаж. Основные приемы массажа. Основные правила проведения массажа. Поглаживание. Растирание. Разминание. Вибрация. Спортивный массаж. Разновидности спортивного массажа. Тренировочный массаж. Восстановительный массаж. Особенности массажа в отдельных видах спорта</p> <p>Детский массаж.</p> <p>Массаж и физические упражнения в раннем возрасте. Массаж и физические упражнения у здоровых детей. Массаж при рахите и гипотрофии.</p> <p>Массаж при сколиозе, кривошее, плоскостопии. Особенности методики массажа при сколиозе. Особенности методики массажа при кривошее. Особенности методики массажа при плоскостопии.</p>
34	Влияние массажа на организм.	Проработка лекций
35	Классификация видов и систем массажа.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
36	Классификация видов и систем массажа.	Проработка лекций
37	Эргономика при массаже.	Проработка лекций
38	Приёмы массажа.	Чтение обязательной и дополнительной литературы

39	Классификация и приёмы массажа.	Проработка лекций
40	Классификация и приёмы массажа.	Проработка лекций
41	Массаж в отдельных видах спорта.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
42	Массаж в отдельных видах спорта.	Проработка лекций
43	Массаж в отдельных видах спорта.	Проработка лекций
44	Лечебный массаж при спортивных травмах и некоторых заболеваниях опорно-двигательного аппарата.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
45	Лечебный массаж при заболеваниях и спортивных травмах ОДА.	Проработка лекций
46	Кинезиологическое тейпирование как средство адаптивной физической культуры	Чтение обязательной и дополнительной литературы
47	Кинезиологическое тейпирование как средство адаптивной физической культуры.	Проработка лекций
48	Кинезиологическое тейпирование как средство адаптивной физической культуры.	Проработка лекций
49	Методы применения аппаратного массажа.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
50	Методы аппаратного массажа.	Проработка лекций
51	Методы аппаратного массажа.	Проработка лекций
52	Перед экзаменом	Самостоятельное изучение заданного материала
53	Медико-биологические основы физической культуры и спорта (3)	Самостоятельное изучение заданного материала

Требования к подготовке к занятиям

Проработка лекций предполагает:

- изучить содержание лекции;
- изучить дополнительные литературные источники по теме лекции;
- расширить содержание вопросов лекции дополнительными фактами и примерами.

Критерии оценки: содержательность, соответствие теме, своевременность выполнения задания.

Доклад и презентация представляющий собой публичное выступление по представлению полученных результатов решения определенной учебно-практической, учебно-исследовательской или научной темы.

Выполнение практических заданий предполагает выполнение задач и заданий: а) репродуктивного уровня, позволяющие оценивать и диагностировать знание фактического материала (базовые понятия, алгоритмы, факты) и умение правильно использовать специальные термины и понятия, узнавание объектов изучения в рамках определенного раздела дисциплины; б) реконструктивного уровня, позволяющие оценивать и диагностировать умения синтезировать, анализировать, обобщать фактический и теоретический материал с формулированием конкретных выводов, установлением причинно-следственных связей; в) творческого уровня, позволяющие оценивать и диагностировать умения, интегрировать знания различных областей, аргументировать собственную точку зрения.

Самостоятельная работа студента включает:

- индивидуальные консультации с преподавателем в течение семестра, собеседование по текущим практическим заданиям;
- подготовку к семинарам, углубленное изучение отдельных тем и вопросов курса, конспектирование;
- выполнение самостоятельных (аудиторных и внеаудиторных) заданий, предлагаемый на лекции;
- подготовку к текущим и промежуточным формам контроля;
- подготовку к экзамену.

Проверка и оценивание заданий для самостоятельной работы студентов осуществляется преподавателем на семинарских занятиях, на лекциях, в процессе интерактивных форм деятельности.

Критериями оценки СРС могут являться:

- объем проработанного материала в соответствии с заданным объемом;
- степень исполнительности (проработанность всех аспектов задания, оформление материала в соответствии с требованиями, соблюдение установленных сроков представления работы на проверку и т.п.);
- степень самостоятельности, творческой активности, инициативности студентов, наличие элементов новизны в процессе выполнения заданий;
- качество освоения учебного материала (умение студента использовать теоретические знания при выполнении практических задач, обоснованность и четкость изложения изученного материала и т.д.);
- достаточная компетентность студента в раскрываемых вопросах.

Курс завершается *сдачей экзамена*. Знание теории, наработка и умелое использование выше перечисленных навыков проявляется в самостоятельной работе студентов и является основанием допуска к экзамену.

6. Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю)

6.1 Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

Промежуточная аттестация по дисциплине в 5 семестре предполагает проведение зачёта в форме собеседования, в 7 и 8 семестре – экзамена в форме собеседования.

Критерии выставления зачёта

1. Оценка «зачтено» выставляется студенту, который:
 - прочно усвоил предусмотренный программный материал;
 - правильно, аргументировано ответил на все вопросы, с приведением примеров;
 - показал глубокие систематизированные знания, владеет приемами рассуждения и сопоставляет материал из разных источников: теорию связывает с практикой, другими темами данного курса, других изучаемых предметов;
 - без ошибок выполнил практическое задание.

Обязательным условием выставленной оценки является правильная речь в быстром или умеренном темпе.

Дополнительным условием получения оценки «зачтено» могут стать хорошие успехи при выполнении самостоятельной и контрольной работы, систематическая активная работа на семинарских занятиях.

2. Оценка «не зачтено» выставляется студенту, который не справился с 50% вопросов и заданий билета, в ответах на другие вопросы допустил существенные ошибки. Не может ответить на дополнительные вопросы, предложенные преподавателем. Целостного представления о взаимосвязях, компонентах, этапах развития культуры у студента нет.

Оценивается качество устной и письменной речи, как и при выставлении положительной оценки.

Зачет может быть получен автоматически, если студент выполнил все работы текущего и рубежного контроля, не пропускал практические занятия, принимал активное участие в обсуждении вопросов по теме занятий в своей группе.

Если студент имеет задолженности, возникшие вследствие непосещения занятий, неактивной работы на практических занятиях или невыполненных работ, то он должен их обработать согласно программе дисциплины.

На очном зачете преподаватель имеет право провести опрос по разделам, по которым студент не прошел или не успешно прошел текущую аттестацию.

Экзамен – это форма оценки теоретических знаний, полученных студентом в процессе изучения всей дисциплины или ее части, навыков самостоятельной работы, способности применять их в решении практических задач.

Критерии выставления экзаменационной оценки

оценки «отлично» заслуживает студент, обнаруживший всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой курса, усвоивший основную и знакомый с дополнительной литературой, рекомендованной программой курса. Как правило, оценка «отлично» выставляется студентам, усвоившим взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявившим творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала;

оценки «хорошо» заслуживает студент, обнаруживший полные знания учебно-программного материала, успешно выполняющий предусмотренные в программе курса задания, усвоивший основную литературу, рекомендованную в программе курса. Как правило, оценка «хорошо» выставляется студентам, показавшим систематический характер знаний по дисциплине и способным к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебы и профессиональной деятельности;

оценки «удовлетворительно» заслуживает студент, обнаруживший знание учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справляющийся с выполнением заданий, предусмотренных программой курса, знакомый с основной литературой, рекомендованной программой курса. Как правило, оценка «удовлетворительно» выставляется студентам, допустившим погрешность в ответе на экзамене и при выполнении экзаменационных заданий, но обладающим необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя;

оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, обнаружившему пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой курса заданий. Как правило, оценка «неудовлетворительно» ставится студентам, которые не могут продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании вуза без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

Перечень вопросов для промежуточной аттестации (зачета) 5 семестр

1. Определение понятия «здоровье». Основные составляющие здоровья.
 2. Понятие «предболезнь», «переходное состояние», «болезнь». Факторы болезни, причины болезни.
 3. «Общественное» и «индивидуальное» здоровье, критерии и способы их оценки.
 4. Общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья.
 5. Понятие здорового образа жизни и его составляющие. Польза занятий физическими упражнениями и спортом для здоровья.
 6. Понятие о медицинских противопоказаниях к занятиям физической культурой и спортом. Медицинские группы.
 7. Противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей.
 8. Алкоголизм, наркомания. Действие веществ, сопутствующие заболевания.
 9. Понятия «патологическая реакция», «патологический процесс» и «патологическое состояние».
 10. Понятие о «стрессе» и «дистрессе». Механизмы развития стресса. Влияние стресса на здоровье человека.
 11. Понятие об иммунитете. Виды иммунитета.
- Инфекционные болезни: общие принципы, классификация, этиология, патогенез.
12. Социально значимые инфекционные заболевания: ВИЧ, туберкулез. Особо опасные и карантинные инфекционные болезни. Эндемические территории.
 13. Профилактические мероприятия по распространению инфекционных заболеваний.
 14. Этиология, патогенез и профилактика плоскостопия.
 15. Заболевания, передаваемые половым путем. Венерические болезни как инфекционные заболевания: принципы диагностики, профилактики, обязательность лечения.
 16. Гипертоническая болезнь, стадии, степени. Основные факторы риска развития гипертонической болезни.
 17. Атеросклероз, причины и механизм его возникновения. Ишемическая болезнь.
- Инфаркт миокарда. Этиология, признаки и последствия. Первая помощь при инфаркте.
18. Основные симптомы патологии дыхательной системы. Бронхиальная астма. Клиническая картина течения болезни. Этиология и патогенез заболевания.
 19. Классификация заболеваний, передающихся половым путем (ИППП).
 20. Понятие о неотложных состояниях. Оказание первой помощи при обмороке, коллапсе и шоке. Утопление. Истинное, асфиксическое и синкопальное утопление. Первая помощь.
 21. Понятие и признаки клинической и биологической смерти. Очередность первой помощи при терминальных состояниях. Сердечно-легочная реанимация. Техника проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.
 22. Ожоги, классификация ожогов, оценка степени выраженности ожогов. Признаки ожогов различной степени тяжести. Возможные осложнения при ожогах, методы их профилактики. Особенности оказания первой помощи при термических и химических ожогах.
 23. Электротравма, механизм действия электрического тока на организм человека. Признаки поражения электрическим током. Осложнения.
 24. Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током.
 25. Отморожения; причины, приводящие к отморожениям, классификация

- отморожений по степеням, виду холодного агента.
26. Особенности оказания первой помощи при отморожениях. Понятие об отравлениях, виды отравлений. Особенности оказания первой помощи при отравлениях.
27. Ушибы, механизм возникновения, клинические проявления, первая помощь.
28. Повреждения связок, виды, признаки, первая помощь. Вывихи, классификация, внешние признаки, первая помощь. Переломы, виды переломов, признаки переломов. Первая помощь и транспортировка.
29. Кровотечения, классификация, признаки артериального, венозного, капиллярного кровотечения. Первая помощь.
30. Признаки кровопотери. Способы временной остановки наружных кровотечений, правила наложения кровоостанавливающего жгута.
31. Раны, классификация ран по форме и глубине. Осложнения ранений. Принципы оказания первой помощи при ранениях.
32. Десмургия. Правила наложения бинтовых повязок. Цель наложения бинтовых повязок. Типы повязок. Техника наложения повязок на различные участки тела.
33. Проведение инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом, о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил с целью предотвращения травм и неотложных состояний.
34. Предмет биомеханики, цели и задачи биомеханики.
35. Кинематические характеристики поступательного движения тела.
36. Динамические характеристики поступательного движения тела.
37. Законы динамики.
38. Силы в движениях человека.
39. Механическая работа и энергия при движении человека.
40. Состав и строение опорно-двигательного аппарата (ОДА) человека.
41. Виды работы и режимы мышечного сокращения.
42. Виды работы и режимы мышечного сокращения.
43. Механические свойства мышц.
44. Онтогенез моторики: изменение биомеханических характеристик движений человека в возрастном аспекте.
45. Биомеханика силовых и скоростных способностей человека.
46. Биомеханика ходьбы и бега.
47. Биомеханика вращательных движений.
48. Биомеханика бросков и ударов.
49. Тренажеры и тренировочные приспособления. Характеристика. Примеры использования в физической культуре и в спорте.
50. Цель, задачи предмета «Возрастная и спортивная морфология». Методы исследования в возрастной спортивной морфологии.
51. Антропометрические измерения: правила, инструментарий, антропометрические точки. Продольные, поперечные, обхватные размеры тела.
52. Компонентный состав массы тела.
53. Методы оценки физического развития. Метод индексов. Метод стандартов.
54. Классификации типов телосложения.
55. Анатомо-физиологические особенности мужского и женского организмов (опорно-двигательный аппарат, состав массы тела, мышечная композиция).
56. Закономерности онтогенеза. Возрастная периодизация.
57. Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата.
58. Морфологическая характеристика спортсменов некоторых специализаций.

Примерный перечень вопросов для семестрового экзамена

1. Рассмотреть этапы становления и развития врачебного контроля в нашей стране.
2. Определить вклад виднейших специалистов отечества в развитие проблем физического развития и функционального состояния лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
3. Принципы организации отечественной спортивной медицины.
4. Понятие о здоровье и болезни.
5. Основные формы возникновения, течения и окончания болезни. Исходы болезни.
6. Характеристика травм, связанных с занятием физической культурой и спортом.
7. Принципы оказания доврачебной медицинской помощи при ушибах, растяжениях, переломах и вывихах.
8. Принципы оказания доврачебной медицинской помощи при укусах змей, животных и насекомых.
9. Принципы оказания доврачебной медицинской помощи при утоплениях в воде.
10. Принципы оказания доврачебной медицинской помощи при переохлаждении и тепловом (солнечном) ударе.
11. Принципы оказания доврачебной медицинской помощи при наружном и внутреннем кровотечении.
12. Основные заболевания и патологические состояния, являющиеся противопоказанием для занятия спортом.
13. Принципы допуска к занятиям физкультурой и спортом лиц с пограничными состояниями.
14. Этапный врачебно-педагогический контроль за представителями различных спортивных специализаций.
15. Составить схему соматоскопического обследования лиц, занимающихся физкультурой и спортом.
16. Составить схему антропометрического обследования лиц, занимающихся физкультурой и спортом.
17. Характеризовать индексную оценку физического развития человека.
18. Определить критерии, по которым дети могут быть отнесены к той или иной группе здоровья.
19. Характеризовать функциональные системы организма человека.
20. Разработать схему оценки функционального состояния лиц, занимающихся физкультурой и спортом.
21. Характеризовать одномоментные функциональные пробы.
22. Характеризовать двухмоментные функциональные пробы.
23. Характеризовать трехмоментные функциональные пробы.
24. Выделить противопоказания для проведения функциональных проб.
25. Выделить современные функциональные пробы сердечно-сосудистой системы.
26. Рассмотреть виды реакций сердечно-сосудистой системы в ответ на дозированную физическую нагрузку.
27. Определить значение и место функциональных проб сердечно-сосудистой системы в оценке функционального состояния лиц, занимающихся физкультурой и спортом.
28. Рассмотреть современные виды функциональных проб дыхательной системы.
29. Определить степень устойчивости организма физкультурника и спортсмена к гипоксии.
30. Разработать схему оценки функционального состояния вегетативной нервной системы у лиц, занимающихся физкультурой и спортом.
31. Определить противопоказания для проведения функциональных проб оценки состояния вегетативной нервной системы у лиц, занимающихся физкультурой и спортом.
32. Дать классификацию функциональных проб нервной системы.
33. Выделить противопоказания для проведения функциональных проб нервной системы и рассмотреть возможные осложнения.
34. Определить значение определения физической работоспособности для построения учебно-тренировочного процесса.
35. Дать современную классификацию тестирования физической работоспособности.
36. Определить показания и противопоказания к тестированию для определения физической работоспособности.
37. Определить физическую работоспособность по индексу Руффье.
38. Определить физическую работоспособность по индексу Гарвардского степ-теста (ИГСТ).
39. Определить физическую работоспособность по пробе PWC 170
40. Определить тактику поведения при возможных осложнениях, связанных с тестированием физической работоспособности.

41. Определить современные способы изучения максимального потребления кислорода.
42. Рассмотреть редко применяемые пробы для определения физической работоспособности.
43. Текущий и срочный врачебно-педагогический контроль.
44. Особенности врачебно-педагогического контроля за юными спортсменами.
45. Разработать критерии врачебно-педагогических наблюдений.
46. Характеризовать физиологическую кривую проведения урока физической культуры или спортивной тренировки.
47. Заболевания опорно-двигательного аппарата, типичные для детского и подросткового возраста.
48. Сроки допуска к занятиям физкультурой и спортом детей и подростков в возрастные этапы спортивной подготовки.
49. Особенности организации врачебно-педагогического контроля за женщинами-спортсменками.
50. Врачебно-педагогический контроль при проведении тренировочного процесса в различных климато-географических и погодных условиях.
51. Принципы организации и медицинского обеспечения спортивных соревнований.
52. Принципы организации антидопингового контроля.
53. Особенности медицинского обследования при допуске к занятиям оздоровительной физической культурой.
54. Принципы определения уровня общей физической работоспособности у лиц среднего и пожилого возраста.
55. Двигательные режимы в системе оздоровительной физической культуры.
56. Количество и содержание физических упражнений для развития и поддержания физического состояния.
57. Особенности возмещения дефицита жидкости и электролитов в условиях спортивной деятельности.
58. Фармакологические средства в повышении физической работоспособности.
59. Определение переутомления и перетренированности у спортсменов.
60. Хроническое перенапряжение опорно-двигательного аппарата.

Медико-биологические основы физической культуры и спорта 8 семестр

Вопросы для подготовки к экзамену по курсу

1. Курс лечебной физкультуры его периоды, задачи, характеристика, продолжительность.
2. Понятие о травматической болезни. Задачи ЛФК при травматических повреждениях.
3. Двигательные режимы в лечебных учреждениях, их характеристика и особенности.
4. Понятие о гипертонической болезни. Краткая классификация. Задачи ЛФК при гипертонической болезни.
5. Показания и противопоказания к назначению лечебной физической культуры.
6. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания. Показания и противопоказания для назначения процедуры ЛФК.
7. Классификация физических упражнений в лечебной физкультуре. Способы дозировки физических упражнений.
8. Механизм лечебного действия физических упражнений при скелетной травме.
9. Сколиоз. Особенности течения сколиоза у детей. Причины развития сколиоза.
10. Лечебная физическая культура при переломах длинных трубчатых костей. Показания и противопоказания к назначению ЛФК.
11. Лечебная физкультура при болезнях обмена веществ. Особенности лечебной физкультуры при ожирении.
12. Переломы костей. Механизм возникновения переломов при занятиях спортом. Классификация переломов. Клиническая картина переломов. Особенности оказания первой доврачебной помощи.
13. Методика лечебной физкультуры у больных с заболеваниями сердечно-сосудистой системы (на примере ишемической болезни)

14. Переломы позвоночника. Краткая характеристика клинической картины повреждений. Общие и частные задачи лечебной физической культуры в лечении больных с повреждениями позвоночного столба.

15. Повреждения суставов. Особенности методики лечебной физкультуры у больных с повреждением суставов.

16. Осанка. Виды нарушений осанки. Способы коррекции нарушений осанки у детей младшего и среднего возраста.

17. Особенности проведения уроков физической культуры в школе в специальной медицинской группе (на примере заболеваний лёгких).

18. Краткая характеристика повреждения центральной нервной системы. Методика лечебной физкультуры при лечении инсульта головного мозга.

19. Острое и хроническое перенапряжение сердца у спортсменов.

20. Способы дозировки физических нагрузок в лечебной физической культуре.

21. Механизмы лечебного действия физических упражнений и принципы их применения, на примере лечения ИБС, инфаркта миокарда.

22. Особенности проведения лечебной физической культуры у пожилых.

23. Влияние физических упражнений на секреторную и моторную функцию желудочно-кишечного тракта. Механизм действия физических упражнений (теория моторно-висцеральных рефлексов).

24. Визуальные признаки утомления при занятиях спортом и лечебной физической культурой. Характеристика каждого признака утомления.

25. Влияние массажа на крово- и лимфоток.

26. Сегментарно-рефлекторный массаж.

27. Предварительный массаж: разминочный при неблагоприятных предстартовых состояниях, согревающий, мобилизирующий.

28. Особенности методики разминочного массажа (вид спорта указать конкретно).

29. Особенности методики согревающего массажа (конкретно указать вид спорта).

30. Восстановительный массаж, особенности его проведения.

31. Особенности методики восстановительного массажа (конкретно указать вид спорта).

32. Особенности методики восстановительного массажа в сочетании с гидропроцедурами и баней.

33. Использование аппаратного метода массажа в спортивной практике.

34. Особенности выполнения массажа при травмах у лыжников-гонщиков.

6.2 Критерии оценивания компетенций:

Таблица 4

Карта критериев оценивания компетенций

№ п/п	Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения	Оценочные материалы	Критерии оценивания
1	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	<p>Знает морфофункциональные особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста</p> <p>Знает критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения</p> <p>Знает биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью</p> <p>Знает физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления</p> <p>Знает анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств</p> <p>Умеет дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастано-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок</p> <p>Умеет применять биомеханические технологии</p>	Контрольные вопросы по темам	<p>Полнота изложения материала.</p> <p>– Последовательность изложения.</p> <p>– Владение речью и терминологией.</p> <p>– Умение иллюстрировать материал конкретными примерами.</p> <p>– Умение делать обобщение, выводы, сравнение.</p> <p>– Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов.</p> <p>– Лаконичность изложения.</p>
			Фонд тестовых заданий	Количество правильно выполненных заданий
			Ситуационные задания	<p>– соответствие выполненного задания поставленным задачам;</p> <p>– соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания;</p> <p>уровень владения материалом задания при ответах на вопросы</p>

		<p>формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью</p> <p>Умеет выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности</p> <p>Умеет оценивать физическое развитие занимающихся</p> <p>Умеет определить и оценить тип реакции сердечно-сосудистой системы в ответ на дозированную физическую нагрузку</p>		
2	ОПК-2 - Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	<p>Знает медико-биологические критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности</p> <p>Знает механические и биомеханические характеристики и особенности тела человека и его движений</p> <p>Знает морфофункциональные особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности</p> <p>Умеет определять биомеханические характеристики тела человека и его движений</p> <p>Умеет использовать средства и методики</p>	Контрольные вопросы по темам	<p>Полнота изложения материала.</p> <p>– Последовательность изложения.</p> <p>– Владение речью и терминологией.</p> <p>– Умение иллюстрировать материал конкретными примерами.</p> <p>– Умение делать обобщение, выводы, сравнение.</p> <p>– Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов.</p> <p>– Лаконичность изложения.</p>
			Фонд тестовых заданий	Количество правильно выполненных заданий
			Ситуационные задания	– соответствие выполненного задания поставленным задачам; – соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания;

		оценки перспективности спортсмена по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию		уровень владения материалом задания при ответах на вопросы
3	ОПК-6 - Способен формировать осознанное отношение к занимающимся физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки ведения здорового образа жизни	Знает составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие	Контрольные вопросы по темам	Полнота изложения материала. – Последовательность изложения. – Владение речью и терминологией. – Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. – Умение делать обобщение, выводы, сравнение. – Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов. – Лаконичность изложения.
		Знает влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков		
		Знает гигиенические средства восстановления и принципы закаливания	Фонд тестовых заданий	Количество правильно выполненных заданий
		Знает методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенности питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах Умеет планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности Умеет проводить беседы о пользе занятий физическими упражнениями и спортом, об осознанном отношении и мотивации различных групп населения к здоровому образу жизни Умеет проводить мероприятия по	Ситуационные задания	– соответствие выполненного задания поставленным задачам; – соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания; уровень владения материалом задания при ответах на вопросы

		<p>систем</p> <p>Умеет своевременно выявлять угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для обучающихся</p> <p>Умеет оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности</p> <p>Умеет оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях</p> <p>Умеет проводить сердечно-легочную реанимацию</p>		
5	ОПК-8 - Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	<p>Знает международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте</p> <p>Знает антидопинговое законодательство Российской Федерации</p> <p>Знает международные этические нормы в области противодействия применению допинга</p> <p>Знает принципы организации антидопинговых мероприятий</p> <p>Умеет определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ</p> <p>Умеет выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные,</p>	<p>Контрольные вопросы по темам</p>	<p>Полнота изложения материала.</p> <p>– Последовательность изложения.</p> <p>– Владение речью и терминологией.</p> <p>– Умение иллюстрировать материал конкретными примерами.</p> <p>– Умение делать обобщение, выводы, сравнение.</p> <p>– Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов.</p> <p>– Лаконичность изложения.</p>
			Фонд тестовых заданий	Количество правильно выполненных заданий
			Ситуационные задания	– соответствие выполненного задания поставленным задачам; – соответствие

		возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдолимпийском спорте		требованиям к объёму и полноте выполненного задания; уровень владения материалом задания при ответах на вопросы
6	ОПК-9 - Способен осуществлять контроль использования методов измерения и оценки физического развития, технической физической подготовленности, психического состояния занимающихся	Знает основные методы измерения и оценки физического развития Знает методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола Умеет определять биомеханические характеристики тела человека и его движений Умеет оценивать эффективность статических положений и движений человека Умеет интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам Умеет с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов Применяет методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола	Контрольные вопросы по темам	<p>Полнота изложения материала.</p> <p>– Последовательность изложения.</p> <p>– Владение речью и терминологией.</p> <p>– Умение иллюстрировать материал конкретными примерами.</p> <p>– Умение делать обобщение, выводы, сравнение.</p> <p>– Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов.</p> <p>– Лаконичность изложения.</p>
			Фонд тестовых заданий	Количество правильно выполненных заданий
			Ситуационные задания	– соответствие выполненного задания поставленным задачам; – соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания; уровень владения материалом задания при ответах на вопросы
7	ПК-2 - Способен разрабатывать программы физкультурно-оздоровительных и спортивно-	Знает методику планирования оздоровительных физкультурно-массовых мероприятий с различными группами	Контрольные вопросы по темам	<p>Полнота изложения материала.</p> <p>– Последовательность изложения.</p> <p>– Владение речью и терминологией.</p>

	<p>массовых мероприятий, программы в сфере физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг</p>	<p>населения Умеет планировать образовательный процесс, разрабатывать сценарии досуговых мероприятий с учетом санитарно-гигиенических норм и требований охраны жизни и здоровья учащихся Умеет самостоятельно планировать содержание оздоровительных физкультурно-массовых мероприятий различными группами населения Умеет оценивать влияние проведенных спортивно-массовых мероприятий на формирование здорового образа жизни учащихся</p>		<p>– Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. – Умение делать обобщение, выводы, сравнение. – Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов. – Лаконичность изложения.</p>
			Фонд тестовых заданий	Количество правильно выполненных заданий
			Ситуационные задания	– соответствие выполненного задания поставленным задачам; – соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания; уровень владения материалом задания при ответах на вопросы
8	<p>ПК-6 - Способен разрабатывать и реализовывать мероприятия по организационно-методическому обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой подготовки на базе учреждений физкультурно-спортивной направленности</p>	<p>Знает сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы Знает требования к планированию и проведению внеурочных мероприятий и занятий Умеет использовать различные методы и формы организации внеурочных мероприятий и занятий, строить их с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности</p>	Контрольные вопросы по темам	<p>Полнота изложения материала. – Последовательность изложения. – Владение речью и терминологией. – Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. – Умение делать обобщение, выводы, сравнение. – Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов. – Лаконичность изложения.</p>
			Фонд тестовых заданий	Количество правильно выполненных заданий
			Ситуационные задания	– соответствие выполненного задания

				поставленным задачам; – соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания; уровень владения материалом задания при ответах на вопросы
--	--	--	--	---

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

7.1 Основная литература:

1. Граевская, Н. Д. Спортивная медицина: учебное пособие. курс лекций и практические занятия / Н. Д. Граевская, Т. И. Долматова. — Спортивная медицина, 2022-04-01. — Москва: Издательство «Спорт», Человек, 2018 — 712 с. — Текст : электронный. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/77241.html> (дата обращения: 25.05.2020). — Режим доступа: по подписке.

2. Глазина, Т. А. Лечебная физическая культура. Практикум для студентов специальной медицинской группы : учебное пособие / Т. А. Глазина, М. И. Кабышева. — Оренбург : Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2017. — 125 с. — ISBN 978-5-7410-1776-0. — Текст : электронный. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/78782.html> (дата обращения: 25.05.2020). — Режим доступа: по подписке.

7.2 Дополнительная литература:

1. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. — Москва : Спорт-Человек, 2016. — 616 с. — ISBN 978-5-906839-42-8. — Текст : электронный. — URL: <https://e.lanbook.com/book/97491> (дата обращения: 25.05.2020). — Режим доступа: по подписке.

2. Егорова, С. А. Лечебная физкультура и массаж : учебное пособие / С. А. Егорова, Л. В. Белова, В. Г. Петрякова. — Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет, 2014. — 258 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/62950.html> (дата обращения: 25.05.2020). — Режим доступа: по подписке.

3. Козырева, О. В. Физическая реабилитация. Лечебная физическая культура. Кинезитерапия : учебное пособие / О. В. Козырева, А. А. Иванов. — Москва : Советский спорт, 2010. — 280 с. — ISBN 978-5-9718-0429-1. — Текст : электронный. — URL: <https://e.lanbook.com/book/4096> (дата обращения: 25.05.2020). — Режим доступа: по подписке.

4. Ромашин, О. В. Некоторые неотложные состояния в практике спортивной медицины : учебно-методическое пособие / О. В. Ромашин, А. В. Смоленский, В. Ю. Преображенский. — Москва : Советский спорт, 2011. — 130 с. — ISBN 978-5-9718-0529-8. — Текст : электронный. — URL: <https://e.lanbook.com/book/4108> (дата обращения: 25.05.2020). — Режим доступа: по подписке.

7.3 Интернет-ресурсы:

1. <http://lib.sportedu.ru/>
2. IQlib - электронная библиотека образовательных и просветительских изданий <http://www.iqlib.ru/>
3. <http://massage.ru/>
4. <http://www.sportmedicine.ru/>
5. <http://www.massagemag.ru/>

6. <http://lfksport.ru/>

7.4 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Clarivate Analytics – Web of Science Core Collection. Поставщик контента: ФГБУ «Государственная публичная научно-техническая библиотека России». https://apps.webofknowledge.com/WOS_GeneralSearch_input.do?product=WOS&search_mode=GeneralSearch&SID=C2ivzMxspGLnBiQvQWN&preferencesSaved=

2. Межвузовская электронная библиотека (МЭБ) <https://icdlib.nspu.ru/>

3. Национальная электронная библиотека <https://rusneb.ru/>

4. Научная электронная библиотека <https://www.elibrary.ru/>

8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю)

- Лицензионное ПО, в том числе отечественного производства: платформа для электронного обучения Microsoft Teams, Microsoft Office 365, Пакет Adobe Creative Cloud: Photoshop, Illustrator, InDesign, Premiere, After Effects, Acrobat Pro и пр.
- Свободно распространяемое ПО, в том числе отечественного производства: не используется

9. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Компьютерный класс, оргтехника, теле- и аудиоаппаратура (всё – в стандартной комплектации для практических занятий и самостоятельной работы); доступ к сети Интернет (во время самостоятельной подготовки).

Медицинская кушетка, слайды, таблицы, аппарат для измерения артериального давления, секундомер, бинты, транспортные шины, жгуты, скелет человека, ростомер, весы, динамометр, сухой спирометр, сантиметровая лента, стол, стул, ступеньки для степ-тестирования, метроном, зеркало настенное, калькулятор.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Институт физической культуры

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

 /Е.А. Симонова/
01 июня 2020

Научно-методический семинар
Рабочая программа
для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура
профиль: «Физическая культура и спорт»
формы обучения: очная и заочная

Черкасов В.В., Тажиева Л.Б. Научно-методический семинар. Рабочая программа для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль: «Физическая культура и спорт», формы обучения: очная и заочная. Тюмень, 2020.

Рабочая программа дисциплины (модуля) Научно-методический семинар опубликована на сайте ТюмГУ: Научно-методический семинар [электронный ресурс] / Режим доступа: <https://www.utmn.ru/sveden/education/#>.

1. Пояснительная записка

Изучение дисциплины дает возможность овладеть современными методами научного исследования, сформировать навыки и умения использования современных технологий сбора информации, обработки и интерпретации полученных экспериментальных и эмпирических данных, оформления полученных результатов исследования в виде научной работы.

Дисциплина читается в 4 - 5 семестрах. Трудоемкость дисциплины: 9 ЗЕТ, 324 ак.ч. Форма промежуточной аттестации: зачёт, экзамен.

Целью дисциплины «Научно-методический семинар» является совершенствование процесса профессиональной подготовки студентов на основе соединения учебного процесса с научной деятельностью, формирование их профессионально-педагогической компетентности.

Задачи дисциплины:

- обеспечение научного осмысления основ физической культуры и спорта;
- освоение методики научного исследования;
- практическая реализация знаний посредством оформления результатов самостоятельной научно-исследовательской работы.

Краткое содержание дисциплины:

Дисциплина предполагает последовательное изучение разделов: основы научной деятельности; методы исследования в спорте и оздоровительной физической культуре; организация и проведение экспериментальной работы; метрологические основы комплексного контроля в области физической культуры и спорта.

1.1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Данная дисциплина входит в блок Б1 Дисциплины (модуля). Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетенции студента по следующим дисциплинам: Теория и методика физической культуры, Психология физической культуры.

1.2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины (модуля)

1.2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины (модуля)

Код и наименование компетенции	Компонент (знаниевый/функциональный)
УК-1- способность осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	Знает сущность системного подхода для решения поставленных задач,
	Знает методические основы поиска и критического анализа научно-методической информации.
	Умеет на основе системного подхода решать поставленные задачи.
	Умеет осуществлять поиск, критический анализ и синтез научно-методической информации.
ОПК-11 - способность проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности	Знает методы оценки спортивной подготовленности и качества учебно-воспитательного процесса, методы и организацию комплексного контроля в физическом воспитании и спортивной подготовке
	Знает основные положения теории тестирования, требования к процедуре тестирования и методы математической статистики, используемые при

	обработке результатов исследования в физической культуре и спорте
	Знает методы оценки результатов учебно-воспитательного процесса, методы и организацию комплексного контроля в физическом воспитании и спортивной подготовке
	Умеет определять цель, задачи научного исследования, разрабатывать и формулировать гипотезу, подбирать и использовать методы научного исследования
	Умеет применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе физкультурно-спортивной деятельности и осуществлять контроль за уровнем физической и технико-тактической подготовленности у занимающихся физической культурой и спортсменов
	Умеет анализировать и интерпретировать результаты исследования, формулировать и аргументировать обобщения и выводы, практические рекомендации
	Умеет проводить математико-статистическую обработку и анализ результатов тестирования и оформлять результаты научно-исследовательской деятельности в виде таблиц, рисунков (графики, диаграммы) и их анализа
ПК-3 - Способен планировать и выполнять прикладные работы теоретического и экспериментального характера в физической культуре и спорте	Знает технологию планирования теоретических и эмпирических исследований в области физической культуры и спорта
	Знает методы организации и проведения научно-исследовательской деятельности
	Умеет планировать прикладные работы теоретического и экспериментального характера в области физической культуры и спорта
	Умеет организовать научно-исследовательскую деятельность в области физической культуры и спорта

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1.

Очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Часов в семестре	
			4 семестр	5 семестр
Общая трудоемкость	зач. ед.	9	5	4
	час	324	180	144
Из них:				
Часы аудиторной работы (всего):		142	70	72
Лекции		22	18	4
Практические занятия		120	52	68
Лабораторные / практические занятия по подгруппам		0	0	0

Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося	182	110	72
Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен)		Зачет	Экзамен

Таблица 1.1

Заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Часов в семестре	
			4 семестр	5 семестр
Общая трудоемкость	зач. ед.	9	5	4
	час	324	180	144
Из них:				
Часы аудиторной работы (всего):		38	16	22
Лекции		18	8	10
Практические занятия		20	8	12
Лабораторные / практические занятия по подгруппам		0	0	0
Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося		286	164	122
Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен)			Зачет	Экзамен

3. Система оценивания

При проведении текущего контроля используются такие оценочные средства как: собеседование, ситуационное задание, тестирование. Студенты, выполнившие все задания текущего контроля и не имеющие пропусков занятий без уважительных причин, получают зачёт.

Студенты, не сдавшие задания текущего контроля и имеющие пропуски занятий без уважительных причин в 4 семестре сдают зачёт. Форма проведения зачёта по дисциплине – собеседование и выполнение ситуационного задания по теме.

Собеседование - средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу (модулю).

Оцениваемые показатели ответов студентов

1. Полнота изложения материала.
2. Последовательность изложения.
3. Владение речью и терминологией.
4. Умение иллюстрировать материал конкретными примерами.
5. Умение делать обобщение, выводы, сравнение.
6. Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов.
7. Лаконичность изложения.

Ситуационное задание – задание, выполняемое студентами по результатам пройденной теории, включающие в себя применение данных теоретических знаний на практике.

Критерии оценки:

- соответствие выполненного задания поставленным задачам;
- соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания;
- уровень владения материалом задания при ответах на вопросы.

Варианты ситуационных заданий

1. Обоснование актуальности заявленной тематики исследования
2. Формулировка вариантов объекта, предмета и темы исследования в области ФКиС
3. Формулировка цели, задач и гипотезы исследования в области ФКиС
4. Подготовка аннотации на научную (методическую) работу
5. Проведение и обработка результатов интервью по проблемам физической культуры и спорта.
6. Проведение и обработка результатов анкетирования по проблемам физической культуры и спорта.
7. Проведение и обработка результатов педагогического наблюдения урока физической культуры.
8. Определение и обработка результатов общей тренированности по функциональному состоянию внутренних органов, антропометрическим измерениям, по уровню развития психических и двигательных качеств.
9. Определение динамики развития достигнутых результатов в процессе занятий физической культурой и спортивной тренировкой
10. Расчёт вегетативного индекса Кардю (ВИ) по формуле $ВИ = (1 - A_{Дд} / ЧСС) \times 100$
11. Определение возбудимости блуждающего нерва (клиностатическая проба)
12. Определение возбудимости симпатического отдела вегетативной нервной системы (ортостатическая проба)
13. Математико-статистическая обработка результатов исследования, представленными по номинальной шкале.
14. Математико-статистическая обработка результатов исследования, представленными по шкале порядка.
15. Математико-статистическая обработка результатов исследования, представленными по интервальной шкале.
16. Математико-статистическая обработка результатов исследования, представленными по шкале отношений

Доклад с презентацией - сообщение по заданной теме, с целью получить знания из дополнительной литературы, систематизировать материал, проиллюстрировать примерами, развить навыки самостоятельной работы с научной литературой, познавательный интерес к научному познанию.

Критерии оценки:

- научность, логическая последовательность изложения;
- соответствие содержания теме презентации;
- логическая структура презентации (понятная навигация);
- стиль оформления презентации;
- рациональное использование графических объектов;
- рациональное использование анимационных эффектов;
- грамотность (наличие грамматических и синтаксических ошибок);
- грамотно оформленные библиографические ссылки
- культура выступления при представлении презентации

Тестирование - система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося.

Система оценивания результатов тестирования:

100–90 % правильных ответов от общего числа тестовых заданий - (высокий уровень) — «отлично»;

89–70 % правильных ответов - (продвинутый уровень) — «хорошо»;

69–50 % правильных ответов - (пороговый уровень) — «удовлетворительно»;
ниже 50 % правильных ответов (низкий уровень) — «неудовлетворительно».

4. Содержание дисциплины

4.1. Тематический план дисциплины

Таблица 2.

Очная форма обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (академические часы)			Иные виды контактной работы
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные/ практические занятия по подгруппам	
1	2		4	5	6	7
1.	Наука как вид деятельности	20	2	2	0	
2.	Методология научного познания	20	2	2	0	
3.	Выбор направления и планирования исследования	20	2	12	0	
4.	Учебная, научная и методическая деятельность в процессе профессиональной подготовки педагогических кадров в области физической культуры и спорта	20	2	2	0	
5.	Методы сбора текущей информации	20	2	14	0	
6.	Организация и проведение экспериментальной работы	20	2	2	0	
7.	Технология реализации проектного метода в научно-методической деятельности	20	2	6	0	
8.	Методы контроля и оценки результатов исследования	20	2	6	0	
9.	Метрологические основы комплексного контроля в научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта	18	2	6	0	
10.	зачет	2				2
	Часов в 4 семестре	180	18	52	0	
1.	Методика научно-исследовательской работы	4	2	0	0	
2.	Выбор научного направления и темы исследования	6	0	2	0	
3.	Определение объекта и предмета исследования курсовой работы	4	0	2	0	
4.	Определение проблемы исследования	6	0	2	0	
5.	Определение цели исследования, постановка задач и выдвижении гипотезы	4	0	2	0	
6.	Выдвижении гипотезы исследования	6	0	2	0	

7.	Обоснование темы курсовой работы	4	0	2	0	
8.	Выбор методов исследования	6	0	2	0	
9.	Педагогические методы исследования проблем физической культуры и спорта	4	2	4	0	
10.	Анализ научно-методической литературы, документальных и архивных материалов	6	0	4	0	
11.	Систематизация и использование литературного материала в процессе работы над курсовым исследованием	4	0	2	0	
12.	Опросные методы исследования	6	0	2	0	
13.	Методологические основы исследовательской работы	4	0	2	0	
14.	Наблюдение как метод педагогического исследования	6	0	2	0	
15.	Параметры, измеряемые в спортивно-педагогических исследованиях	4	0	2	0	
16.	Педагогический эксперимент как метод педагогического исследования	6	0	2	0	
17.	Инструментальные методы исследования в физической культуре и спорте	4	0	4	0	
18.	Методы исследования: измерения, тестирование, оценивание	6	0	4	0	
19.	Методы исследования тренировочного и соревновательного процесса. Подготовленность спортсменов.	4	0	2	0	
20.	Характеристика физической подготовленности спортсменов	6	0	2	0	
21.	Характеристика технической подготовленности спортсменов	4	0	2	0	
22.	Педагогические контрольные испытания	6	0	2	0	
23.	Медико-биологические и физиологические методы	4	0	2	0	
24.	Методы исследования функционального состояния кардиореспираторной системы	4	0	4	0	
25.	Работа над курсовым проектом	4	0	2	0	
26.	Методы исследования физической работоспособности	4	0	2	0	
27.	Психологические методы исследования	4	0	2	0	
28.	Математико-статистические методы. Компьютерная обработка спортивных данных	6	0	4	0	
29.	Публикация результатов исследования	4	0	2	0	
30.	Консультация	2				2
31.	Экзамен	2				2
	Часов в 5 семестре	144	4	68	0	
	Итого (часов)	324	22	120	0	

Таблица 2.1

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (академические часы)			Иные виды контактной работы
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные/ практические занятия по подгруппам	
1	2	3	4	5	6	7
1.	Наука как вид деятельности	45	2	2	0	
2.	Учебная, научная и методическая деятельность в процессе профессиональной подготовки педагогических кадров в области физической культуры и спорта	44	2	2	0	
3.	Методы сбора текущей информации	44	2	2	0	
4.	Технология реализации проектного метода в научно-методической деятельности	42	2	2	0	
5.	зачет	2				2
	Часов в 4 семестре	180	8	8	0	
1.	Выбор научного направления и темы исследования	24	2	2	0	
2	Выбор методов исследования	24	2	2	0	
3	Методологические основы исследовательской работы	24	2	2	0	
4	Наблюдение как метод педагогического исследования	24	0	2	0	
5	Характеристика технической подготовленности спортсменов	24	2	2	0	
6	Методы исследования функционального состояния кардиореспираторной системы	20	2	2	0	
7	Консультация	2				2
8	Экзамен	2				2
	Часов в 5 семестре	144	10	12	0	
	Итого (часов)	324	18	20	0	

4.2. Содержание дисциплины (модуля) по темам 4 семестр

1. Наука как вид деятельности

Вопросы для обсуждения:

- Характеристика науки, как вида деятельности.
- Исторические этапы становления научного знания и методологии научного познания.
- Уровни познания объективной реальности.

- Субъект и объект познания.
- Философские методы познания.

2. Методология научного познания

Вопросы для обсуждения:

- Эмпирический и теоретический уровни научного исследования.
- Моделирование в научном исследовании.
- Современные концепции физической культуры.
- Классификация наук в области физической культуры.

3. Выбор направления и планирование исследования

Вопросы для обсуждения:

- Выбор темы и постановка проблемы научного исследования.
- Поиск исходной информации.
- Составление первоначального плана научного исследования.
- Обоснование актуальности темы исследования
- Определение объекта и предмета исследования в области физической культуры и спорта
- Формулировка описательной и объяснительной гипотезы исследования
- Определение цели, задач и гипотезы исследования в области физической культуры и спорта
- Выбор методов исследования

4. Контроль по модулю: Основы научной деятельности

Собеседование по первому модулю.

5. Учебная, научная и методическая деятельность в процессе профессиональной подготовки педагогических кадров в области физической культуры и спорта

Вопросы для обсуждения:

- Структура и отличительные особенности научных работ студентов: реферат (литературный и методический); доклад; контрольная работа; курсовая работа; дипломная работа; выпускная квалификационная работа; магистерская диссертация.
- Структура и отличительные особенности научных работ: кандидатская диссертация; докторская диссертация; автореферат; монография; книга научная, научно-популярная; научная статья; тезисы.
- Структура и отличительные особенности методических работ: программа; учебник; учебное пособие; методические рекомендации; электронное издание.

6. Методы сбора текущей информации

Вопросы для обсуждения:

- Цель и задачи анализа научно-методической литературы.
- Виды документальных материалов.
- Поиск научно-методической литературы.
- Авторский указатель и каталог журналов научной электронной библиотеки (elibrary.ru).
- Методы опроса в педагогическом исследовании: анкетирование; интервью; беседа.
- Анкета как система вопрос-ответ. Виды вопросов.
- Непрерывные и дискретные педагогические наблюдения, монографические и узкоспециальные.

7. Методика качественного анализа результатов исследования

Вопросы для обсуждения:

- Основные мыслительные операции: анализ, синтез, обобщение, ранжирование, систематизация, абстрагирование, конкретизация, индукция, дедукция.
- Методы качественного анализа: анализ по аналогии; непараметрическая статистика.
- Методические приемы: обращение к личному опыту; интуиция; к ссылкам на авторитет; на результаты аналогичных исследований.

– Компоненты качественной обработки: предварительный анализ исследуемых данных; группировка однопорядковых результатов исследований; анализ взаимосвязей различных группировок; обобщающие выводы.

– Приемы качественного анализа: классификация; типологизация; систематизация; периодизация; категоризация; казуистика.

8. Методика проведение экспериментальной работы в области физической культуры и спорта

Вопросы для обсуждения:

Виды педагогических экспериментов.

- Констатирующий и формирующий этапы.
- Формулировка цели и задач эксперимента.
- Определение средств и экспериментальных площадок.
- Определение основных методологических критериев.
- Составление календарного плана выполнения отдельных составных частей работы.
- Структура календарного плана исследования.
- Формирование контрольной и экспериментальной групп.
- Схема письменного изложения организации исследования.

9. Контроль по модулю: Организация экспериментальной работы

Собеседование по второму модулю.

10. Организация проектной деятельности в области физической культуры и спорта

Вопросы для обсуждения:

- Определение темы и цели проекта.
- Формирование рабочей группы.
- Определение источников необходимой информации.
- Определение способов сбора и анализа информации.
- Определение способа представления результатов (формы проекта).
- Установление процедур и критериев оценки результатов проекта.
- Распределение задач (обязанностей) между членами рабочей группы.
- Выявление («мозговой штурм») и обсуждение альтернатив, возникших в ходе выполнения проекта.
- Выбор оптимального варианта хода проекта.
- Анализ результатов.
- Формулирование выводов.

11. Методы контроля и оценки результатов исследования

Вопросы для обсуждения:

Цель и задачи тестирования в физической культуре и спорте.

- Классификация двигательных тестов: кондиционные тесты, координационные тесты, тесты для оценки двигательных умений и навыков.
- Критерии добротности двигательных тестов: надежность, стабильность, эквивалентность, объективность, информативность, нормированность, сопоставляемость, экономичность.
- Пути повышения надёжности тестов.
- Организация тестирования двигательной подготовленности испытуемых для оценки результатов исследований в области физической культуры и спорта.
- Гомогенные и гетерогенные батареи тестов, используемые в физической культуре и спорте для оценки кондиционных и координационных способностей.
- Диагностика функционального состояния нервной системы и нервно – мышечного аппарата испытуемых, занимающихся физической культурой и спортом.
- Диагностика функционального состояния системы внешнего дыхания испытуемых, занимающихся физической культурой и спортом.

– Диагностика функционального состояния сердечно – сосудистой системы испытуемых, занимающихся физической культурой и спортом.

12. Метрологические основы комплексного контроля в научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта

Практикумы:

- Математико-статистическая обработка результатов с помощью расчета коэффициента конкордации.
- Математико-статистическая обработка результатов по T - критерию Уайта.
- Математико-статистическая обработка результатов по X-критерию Ван-дер-Вардена.
- Математико-статистическая обработка результатов, имеющих качественные признаки по хи-квадрату.
- Математико-статистическая обработка результатов по t-критерию Стьюдента;
- Математико-статистическая обработка результатов по F-критерию Фишера.
- Математическое вычисление коэффициента ассоциации при анализе связи между двумя качественными признаками на основе измерений по шкале наименований.
- Математическое определение коэффициента ранговой корреляции Спирмена, при анализе связи между двумя признаками на основе измерений по шкале порядка.
- Математическое определение коэффициента корреляции при количественных измерениях.

13. Контроль по модулю: Метрологические основы комплексного контроля и проектная деятельность в области физической культуры и спорта собеседование по вопросам третьего модуля

5 семестр

1. Методика научно-исследовательской работы

Вопросы для обсуждения:

- Типы исследования, преобладающие в области физической культуры и спорта
- Этапы научного исследования в их логической последовательности

2. Выбор научного направления и темы исследования

Вопросы для обсуждения:

- Требования предъявляемые к формулировке темы (названия) исследования
- Примеры формулирование темы, ошибки, допущенные при формулировании темы

3. Определение объекта и предмета исследования курсовой работы

Вопросы для обсуждения:

- С чего начинается научное исследование.
- Основные направления научных исследований в области физической культуры и спорта.
- Что определяется раньше - объект исследования или проблема?
- Ознакомление с литературными источниками по выбранному направлению.
- Определение объекта, предмета курсового исследования.

4. Определение проблемы исследования

Вопросы для обсуждения:

- Обоснование актуальности проводимой исследовательской работы: формулирование проблемы; оценка проблемы; обоснование проблемы; структурирование проблемы.
- Изучение состояния проблемы.
- Выбор базы (организации) исследования.
- Поиск и отбор текстовой информации по заданной теме в компьютерной сети

5. Определение цели исследования, постановка задач и выдвижении гипотезы

Вопросы для обсуждения:

- Формулировка цели предпринимаемого исследования
- Что формулируется раньше - гипотеза или цель исследования?

- В чем различие между целью и задачей исследования?

6. Выдвижение гипотезы исследования

Вопросы для обсуждения:

- Последовательность разработки гипотезы по М.Я. Виленскому.
- Стадии создания гипотезы.
- Альтернативные или поэтапные варианты построения гипотез.

7. Обоснование темы курсовой работы

План практикума:

- Обоснование актуальности проводимой исследовательской работы, темы исследования.
- Выбор базы (организации) исследования.
- Выбор метода исследования (анкетирование, тестирование или др.).
- Представить первые результаты исследования.

8. Выбор методов исследования

Вопросы для обсуждения:

- Метод теоретического исследования: теоретический анализ и синтез, абстрагирование конкретизация, аналогия, моделирование.
- Методы эмпирического исследования: изучение литературы, документов, изучение результатов деятельности, наблюдение, опросные методы, метод экспертных оценок, мониторинг и др.

9. Педагогические методы исследования проблем физической культуры и спорта

Вопросы для обсуждения:

- анализ научно-методической литературы, документальных и архивных материалов;
- педагогические наблюдения;
- беседа, интервью и анкетирование;
- контрольные испытания;
- хронометрирование;
- экспертное оценивание;
- педагогический эксперимент;
- психологические методы;
- математико-статистические методы.

10. Контроль по модулю: Методические основы организации научно-исследовательской работы

Собеседование по вопросам первого модуля.

11. Анализ научно-методической литературы, документальных и архивных материалов

Вопросы для обсуждения:

- Поиск научной литературы по каталогу Российской государственной библиотеки.
- Поиск необходимой литературы, предварительное ознакомление и работа с литературными источниками.
- Работа систематическими каталогами, картотекой, библиографическими пособиями
- Автоматический поиск в компьютерных каталогах.

12. Систематизация и использование литературного материала в процессе работы над курсовым исследованием

Вопросы для обсуждения:

- Способы систематизации литературных источников.
- Способы создания личной картотеки.
- Работа над содержанием первой главы.
- Плагиат и программа антиплагиат.
- Подготовка статьи по курсовой работе: аннотация, ключевые слова, построение диаграмм и таблиц в Excel.

13. Опросные методы исследования

Вопросы для обсуждения:

- Основные требования к составлению анкеты, организации и проведению анкетирования.
- Виды анкетного опроса: почтовый опрос, прессовый опрос, телефонный опрос, факсовый (телетайпный, телеграфный), телевизионный экспресс - опрос.

Задания практикума:

На выбор студента провести интервью (неформальное, стандартизованное, полустандартизованное).

14. Методологические основы исследовательской работы

Презентация черного проекта 1 главы и введения, в котором определены объект, предмет, цель, задачи и гипотезу исследования по предложенной одной из тем.

15. Наблюдение как метод педагогического исследования

Вопросы для обсуждения:

- Применение педагогических наблюдений в спортивно-педагогических исследованиях.
- Функции наблюдения в научном исследовании.
- Виды наблюдений.
- Подготовка к проведению исследования методом наблюдения.

16. Параметры, измеряемые в спортивно-педагогических исследованиях

Вопросы для обсуждения:

1. Параметры, измеряемые в науке о спорте:

- интегральные (например, спортивное мастерство);
- комплексные (например, физическая подготовленность);
- дифференциальные (например, силовые качества);
- единичные (например, максимальная сила мышц)

2. Параметры, измеряемые и контролируемые в тренировочном процессе, в спортивной медицине, в научных исследованиях:

- физиологические ("внутренние"), физические ("внешние") и психологические параметры тренировочной нагрузки и восстановления;
- параметры качества силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости;
- функциональные параметры сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- биомеханические параметры спортивной техники;
- линейные и дуговые параметры размеров тела.

17. Педагогический эксперимент как метод педагогического исследования

Вопросы для обсуждения:

- Роль эксперимента, факторы, изучаемые в эксперименте.
- Разновидности экспериментов.
- Требования, предъявляемые к комплектованию экспериментальной и контрольной группам.
- Основные требования к эксперименту в области физической культуры и спорта.
- Недостатки эксперимента как метода педагогического исследования.

18. Инструментальные методы исследования в физической культуре и спорте

Вопросы для обсуждения:

- Состав измерительной системы.
- Механоэлектрические методы: хронометрия, хронография, спидометрия
- Компьютерная диагностика в физической культуре и спорте:
- Компьютерная психодиагностика
- Эргометрические методы исследования.
- Регистрация результатов измерений.
- Информационные технологии в изучении и моделировании движений человека.
- Компьютерные программы, направленные на решение задач в ФКиС.

– Возможности современных измерительных и тренажерных комплексов, совмещающих видеозаписи и ее компьютерной обработки.

19. Методы исследования: измерения, тестирование, оценивание

Вопросы для обсуждения:

- Человек как объект измерений. Особенности проведения измерений на человеке: изменчивость, адаптивность, многомерность, неполная наблюдаемость и подвижность
- Выбор измерительного устройства, обеспечивающее точность измерений
- Комплексы тестов, разновидности двигательных тестов (по В.М.Зациорскому)
- Критерии пригодности тестов (точность, сравнимость), надежность (воспроизводимость, стабильность) и информативность (логическая и эмпирическая).
- Методические принципы проведения тестирования.

20. Контроль по модулю: Методы исследования

Собеседование по второму модулю.

21. Методы исследования тренировочного и соревновательного процесса.

Подготовленность спортсменов

Вопросы для обсуждения:

- Характеристика тренировочных и соревновательных нагрузок
- Характеристика подготовленности спортсменов. Комплексный контроль: педагогические, биомеханические, медико-биологические, биохимические и психологические характеристики.

Решение задач: Вычислительная обработка данных с помощью электронной таблицы. Оценки работоспособности сердца при физической нагрузке (Проба Руфье — Диксона, нагрузочный комплекс). Индексы физического развития (вес-ростовые индексы, индекс Кетле). Индексы физического развития (индекс Брока, индекс пропорциональности - тип грудной клетки, показатель пропорциональности физического развития).

22. Характеристика физической подготовленности спортсменов

Практикум: оценка физической подготовленности спортсменов с помощью инструментальных методов и различных моторных тестов.

Решение задач: Вычислительная обработка данных физической подготовленности спортсменов с помощью электронной таблицы. Индексы физического развития (силовой индекс, жизненная емкость легких, жизненный индекс). Вычисление основных описательных статистик с использованием электронной таблицы.

23. Характеристика технической подготовленности спортсменов

Вопросы для обсуждения:

- Метод визуального наблюдения: объем техники; разносторонность технической подготовленности спортсмена; эффективность техники спортивного движения (абсолютная, сравнительная, реализационная эффективность техники).
- Инструментальные методы измерения биомеханических характеристик техники.
- Решение задач: Вычисление основных описательных статистик с использованием электронной таблицы.

24. Педагогические контрольные испытания

План практикума:

- Определить общую тренированность занимающихся по функциональному состоянию внутренних органов, антропометрическим измерениям, по уровню развития психических и двигательных качеств.
- Определить специальную тренированность спортсмена по функциональному состоянию внутренних органов, по уровню развития психических и двигательных качеств, по степени овладения техническими и тактическими навыками.
- Выявить динамику развития достигнутых результатов в процессе занятий физической культурой и спортивной тренировкой.

Решение задач: Использование встроенных функций Excel для обработки спортивных результатов.

25. Медико-биологические и физиологические методы

Вопросы для обсуждения:

Методы оценки физического развития: стандартов и антропометрических профилей; индексов (весо-ростовой, индекс Эрисмана, индекс пропорциональности физического развития); корреляций; перцентилей; оценка типа конституции.

Решение задач:

- Рассчитать вегетативный индекс Кардю (ВИ) по формуле $ВИ = (1 - \frac{АДд}{ЧСС}) \times 100$
- Определить возбудимость блуждающего нерва (клиностатическая проба)
- Определить возбудимость симпатического отдела вегетативной нервной системы (ортостатическая проба)
- Вариационная пульсометрия. Применить принцип оценки по Г.А.Макарову.

26. Методы исследования функционального состояния кардиореспираторной системы

Вопросы для обсуждения:

Методика измерений и принципы оценки: показатель двойного произведения, показатели функционального состояния системы внешнего дыхания (ЖЕЛ, ЖИ, ДО, МВЛ).

Решение задач: Вычислительная обработка данных с помощью электронной таблицы.

- Индексы физического развития (силовой индекс, жизненная емкость легких, жизненный индекс)
- Оценки работоспособности сердца при физической нагрузке (Проба Руфье-Диксона, нагрузочный комплекс).

Методика проведения и принципы оценки результатов функциональных проб внешнего дыхания у взрослых, подростков и детей:

- проба Розенталя;
- функциональные пробы с максимальной задержкой дыхания: задержка дыхания на вдохе - проба Штанге, задержка дыхания на выдохе - проба Генчи;
- индекс Скибински (ИС).

Решение задач: Параметрическая корреляция (коэффициент корреляции Пирсона).

27. Методы исследования физической работоспособности

Вопросы для обсуждения:

- Методика проведения и принципы оценки Пробы РWC170.
- Методика проведения и принципы оценки Гарвардского степ-теста.
- Методика проведения и принципы оценки теста Новакки.

Задания практикума:

- провести расчет физической работоспособности по 3 вариантам (общеевропейский (М.А.Годик), модификация В.Л. Карпмана, модификация пробы Л.И.Абросимовой), сравнить результаты (оценка результатов тестов по Г.А.Макаровой);
- подобрать тесты для оценки аэробной и анаэробной работоспособности спортсмена.

28. Психологические методы исследования

Вопросы для обсуждения:

Психологические методы, используемые в исследованиях проблем физической культуры и спорта.

- Диагностика свойств личности.
- Исследование мотивации
- Изучение психического состояния
- Исследование личности в системе общественных отношений
- Исследование психомоторных процессов
- исследование сенсомоторных реакций
- исследование быстроты в действиях

- теппинг-тест
- реакция на движущийся объект
- исследование координации движений
- измерение тремора
- измерение способности поддерживать равновесие

Задание для студентов: Провести тесты и упражнения, с использованием психологических методик, которые входят в состав компьютерной программы Effecton Studio.

29. Математико-статистические методы. Компьютерная обработка спортивных данных

Решение задач, с использованием функций электронной таблицы:

- Вычисление основных описательных статистик
- Проверка статистических гипотез. Критерий Фишера
- Проверка статистических гипотез. Гипотеза о равенстве средних при равных дисперсиях.
- Проверка статистических гипотез. Гипотеза о равенстве средних при неравных дисперсиях выборок.

Решение практических задач, используя встроенные функции для компьютерной обработки спортивных результатов:

- Проверка статистических гипотез. Гипотеза о равенстве средних (по шкале отношений), критерий Крамера-Уэлча.
- Корреляционный анализ. Параметрическая корреляция (коэффициент корреляции Пирсона).
- Метод вычисления уровня статистической достоверности различий между двумя средними по критерию t-Стьюдента

30. Контроль по модулю: Методы исследования в спорте и оздоровительной физической культуре

Собеседование по третьему модулю.

5. Учебно-методическое обеспечение и планирование самостоятельной работы обучающихся

Таблица 3

№ Темы	Темы	Виды СРС
4 семестр		
1.	Наука как вид деятельности	Проработка лекций Подгонка доклада
2.	Методология научного познания	Проработка лекций
3.	Выбор направления и планирование исследования	Проработка лекций Библиографический поиск
4.	Контроль по модулю: Основы научной деятельности	Подготовка к собеседованию.
5.	Учебная, научная и методическая деятельность в процессе профессиональной подготовки педагогических кадров в области физической культуры и спорта	Проработка лекций
6.	Методы сбора текущей информации	Проработка лекций Поиск информационных источников
7.	Организация и проведение экспериментальной работы	Проработка лекций Поиск информационных источников
8.	Контроль по модулю: Организация экспериментальной работы	Подготовка к собеседованию.

9	Технология реализации проектного метода в научно-методической деятельности	Поиск информационных источников Подготовка доклада
10.	Методы контроля и оценки результатов исследования	Проработка лекций Подготовка протоколов контроля и оценки результатов исследования
11	Контроль по модулю: Метрологические основы комплексного контроля и проектная деятельность в области физической культуры и спорта	Подготовка к собеседованию.
5 семестр		
1.	Методика научно-исследовательской работы	Проработка лекций
2.	Выбор научного направления и темы исследования	Проработка лекций
3.	Определение объекта и предмета исследования курсовой работы	Проработка лекций
4.	Определение проблемы исследования	Проработка лекций Поиск информационных источников.
5.	Определение цели исследования, постановка задач и выдвижении гипотезы	Проработка лекций
6.	Выдвижении гипотезы исследования	Проработка лекций Поиск информационных источников
7.	Обоснование темы курсовой работы	Проработка лекций
8.	Выбор методов исследования	Проработка лекций
9.	Педагогические методы исследования проблем физической культуры и спорта	Поиск информационных источников
10.	Контроль по модулю: Методические основы организации научно-исследовательской работы	Подготовка к собеседованию.
11.	Анализ научно-методической литературы, документальных и архивных материалов	Проработка лекций Поиск информационных источников
12.	Систематизация и использование литературного материала в процессе работы над курсовым исследованием	Проработка лекций Библиографический поиск
13.	Опросные методы исследования	Проработка лекций Разработка анкеты с помощью Google Форм и проведение анкетирования
14.	Методологические основы исследовательской работы	Проработка лекций Подготовка доклада по первой главе курсовой работы
15.	Наблюдение как метод педагогического исследования	Проработка лекций
16.	Параметры, измеряемые в спортивно-педагогических исследованиях	Проработка лекций

17.	Педагогический эксперимент как метод педагогического исследования	Проработка лекций
18.	Инструментальные методы исследования в физической культуре и спорте	Проработка лекций Проведение психологического тестирования с помощью компьютерной программы "Эффектон"
19.	Методы исследования: измерения, тестирование, оценивание	Проработка лекций
20.	Контроль по модулю: Методы исследования	Подготовка к собеседованию.
21.	Методы исследования тренировочного и соревновательного процесса. Подготовленность спортсменов.	Проработка лекций Компьютерная обработка данных курсового исследования с помощью электронной таблицы.
22.	Характеристика физической подготовленности спортсменов	Проработка лекций
23.	Характеристика технической подготовленности спортсменов	Проработка лекций
24.	Педагогические контрольные испытания	Проработка лекций
25.	Медико-биологические и физиологические методы	Проработка лекций
26.	Методы исследования функционального состояния кардиореспираторной системы	Проработка лекций Компьютерная обработка спортивных результатов с помощью встроенных функций Excel
27.	Методы исследования физической работоспособности	Проработка лекций Подбор тестов для оценки аэробной и анаэробной работоспособности спортсмена
28.	Психологические методы исследования	Проработка лекций
29.	Математико-статистические методы. Компьютерная обработка спортивных данных	Проработка лекций Компьютерная обработка результатов курсовой работы с помощью встроенных функций Excel
30.	Контроль по модулю: Методы исследования в спорте и оздоровительной физической культуре	Подготовка к собеседованию.

Требования к подготовке к занятиям

Библиографический поиск. Предполагает поиск библиографической информации по теме, установление сведений об источниках, наличия источников в библиографической системе вуза

Поиск информационных источников. Предполагает поиск документов и изданий, в которых содержится информация по теме. Критерии оценки: полнота выбора источников поиска, точность поиска

Проработка лекций предполагает:
-изучить содержание лекции;

-изучить дополнительные литературные источники по теме лекции;
-расширить содержание вопросов лекции дополнительными фактами и примерами.

Критерии оценки: содержательность, соответствие теме, своевременность выполнения задания.

Подготовка доклада. Предполагает подготовку сообщения по теме занятия в форме презентации. Критерии оценки: наглядность презентации; соответствие материала заявленной теме, полнота и последовательность изложения материала; владение содержанием и речью.

Подготовка протоколов для контроля и оценки результатов исследования. Предполагает разработку и заполнение бланков протоколов для оценки теоретической, технической, физической и функциональной подготовленности. Критерии оценки: объем представленных результатов, соответствие результатов поло-возрастным особенностям заявленного контингента.

Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками

6. Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю)

Промежуточная аттестация по дисциплине в 4 семестре предполагает проведение зачёта в форме собеседования, в 5 семестре – экзамена в форме защиты курсовой работы.

Форма проведения промежуточной аттестации по дисциплине (зачёта) – собеседование и выполнение ситуационного задания.

Собеседование – специальная беседа преподавателя со студентом, рассчитанная на выяснение объема знаний студента по определенному разделу, теме, проблеме.

Критерии оценки ответов студентов:

- Полнота изложения материала.
- Последовательность изложения.
- Владение речью и терминологией.
- Умение иллюстрировать материал конкретными примерами.
- Умение делать обобщение, выводы, сравнение.
- Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов.
- Лаконичность изложения.

Ситуационное задание – задание, выполняемое студентами по результатам пройденной теории, включающие в себя применение данных теоретических знаний на практике.

Критерии оценки:

- соответствие выполненного задания поставленным задачам;
- соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания;
- уровень владения материалом задания при ответах на вопросы.

Критерии выставления зачёта

Оценка «зачтено» выставляется студенту, который:

- правильно, аргументировано ответил на вопросы, с приведением примеров; показал глубокие систематизированные знания, владеет приемами рассуждения и сопоставляет материал из разных источников

- выполнил задание, в соответствии с предъявляемыми требованиями.

Оценка «не зачтено» выставляется студенту, который

- допустил существенные ошибки при ответе на вопросы; не может ответить на дополнительные вопросы;

- допустил существенные ошибки при выполнении ситуационного задания.

Экзамен. Проводится в форме защиты курсовой работы. Защита курсовой работы представляет собой устный публичный отчет студента, на который ему отводится 6-8 минут.

Критерии оценивания курсовой работы

Оценка *«отлично»*. Работа хорошо структурирована, нет замечаний к логике изложения. Отбор источников проведен корректно, проведен глубокий теоретический анализ и сформулированы исследовательские пробелы. Источники удовлетворяют требованиям по количеству. Актуальность работы обоснована релевантными аргументами. Цели, задачи, объект, предмет работы сформулированы корректно. Материал систематизирован, обоснованно используются современные методы и инструменты исследования. Полученные результаты достоверны и аргументированы. Указаны перспективы исследования и/или практическая значимость. Нет замечаний к оформлению и стилю изложения, оформлению списка источников. Хорошо структурированный доклад, презентация полностью раскрывает тему, студент квалифицированно ответил на все вопросы.

Оценка *«хорошо»*. Материал работы структурирован, имеются замечания к логике изложения материала. Отбор источников проведен корректно: источники являются актуальными, соответствуют теме исследования, удовлетворяют требованиям по количеству. Теоретический анализ проведен не достаточно глубоко. Актуальность работы обоснована релевантными аргументами. Цели, задачи сформулированы корректно, есть неточности в определении объекта и предмета работы. Материал систематизирован, используются современные методы и инструменты исследования. Полученные результаты в целом достоверны и аргументированы. Есть отдельные замечания к оформлению и стилю изложения, оформлению списка источников. Доклад в целом правильно структурирован, презентация раскрывает тему, студент квалифицированно ответил на большинство вопросов.

Оценка *«удовлетворительно»*. Материал работы слабо структурирован. Проведено реферирование источников без глубокого критического анализа, количество источников ограничено. Актуальность работы обозначена поверхностно, нет поддерживающих аргументов. Цели и задачи работы сформулированы недостаточно корректно. Материал слабо систематизирован, обоснованно используются методы и инструменты исследования, достоверность полученных результатов слабо обоснована. Работа оформлена с нарушениями, язык работы не соответствует научному стилю, есть замечания к оформлению списка источников. Структура презентации не полностью раскрывает тему. Имеются существенные ошибки в оформлении презентации, библиографии, визуальных материалов. Автор не ответил на ряд из заданных вопросов.

Оценка *«неудовлетворительно»*. Материал работы не структурирован, логика изложения материала нарушена. Используемые источники не являются актуальными, не соответствуют теме курсовой работы, не удовлетворяют требованиям по количеству. Актуальность работы не обозначена. Цель работы расходится с темой, сформулированные задачи не позволяют раскрыть тему. Материал не систематизирован, нет понимания возможностей корректного использования методов и инструментов исследования, результаты исследования не сформулированы. Работа оформлена с нарушениями, язык работы не соответствует научному стилю, некорректно оформленные заимствования, некорректно оформлен список источников. Структура презентации не раскрывает тему. Имеются существенные ошибки в оформлении презентации, библиографии, визуальных материалов. Автор не ответил на большинство из заданных вопросов.

6.1 Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

Перечень примерных вопросов для промежуточной аттестации

4 семестр

1 Модуль

1. Наука как вид деятельности.
2. Уровни познания объективной реальности. Субъект и объект познания.
3. Эмпирический и теоретический уровни научного исследования.
4. Сущность понятий «новизна», «достоверность» и «точность» научных факторов.
5. Методология научного исследования.
6. Планирование научного исследования
7. Определение объекта, предмета, цели, задач и гипотезы исследования.
8. Основные отличия научной гипотезы от простого предположения. Разновидности научных гипотез.
9. Сущность критериев «верификации» и «фальсификации», используемых для проверки истинности гипотез.

2 Модуль

1. Различие и взаимосвязь научной и методической деятельности.
2. Научно-методическая деятельность в процессе профессионального физкультурного образования.
3. Роль и место научной и методической деятельности в сфере физической культуры.
4. Виды методических работ и их характеристика.
5. Проблематика научных исследований в области физического воспитания, спортивной подготовке, оздоровительной и адаптивной физической культуры.
6. Базисы, объекты, методы и функции эмпирического и теоретического исследования.
7. Перечислите основные этапы научного исследования в их логической последовательности.
8. Новизна и практическая значимость результатов исследований.
9. Основное отличие наблюдения, как метода исследования, от простого созерцания. Какие стороны процесса физического воспитания, спортивной тренировки и соревновательной деятельности можно изучать методом наблюдения?
10. Наблюдение – как метод педагогических исследований. Методика проведения. Преимущества и недостатки метода по сравнению с экспериментом.
11. Методика составления анкет, разновидности вопросов, требования к их составлению.

3 Модуль

1. Раскройте содержание понятия «тест». Перечислите основные требования, предъявляемые к тестам.
2. Информативность теста её основные разновидности. Основные критерии и способы оценки информативности тестов.
3. Основные требования, предъявляемые к тестам. «Надежность теста», её разновидности и способы оценки.
4. Педагогический эксперимент. Виды педагогических экспериментов, методика проведения.
5. Основные требования, предъявляемые к составу контрольных и экспериментальных групп.
6. Статистические методы в экспертных исследованиях.
7. Основные виды измерительных шкал и их особенности.
8. Оценка согласованности экспертных оценок. Зависимость погрешность экспертизы от количества экспертов.
9. Статистическая достоверность результатов исследования. Принципиальное различие понятий «статистическая достоверность» и «практическая значимость» результатов исследования.
10. Технология реализации проектного метода в области физической культуры и спорта.

5 семестр

1 модуль

1. Типы исследования в области физической культуры и спорта
2. Основные направления научных исследований в области физической культуры и спорта.
3. Обоснование актуальности проводимой исследовательской работы: формулирование проблемы; оценка проблемы; обоснование проблемы; структурирование проблемы.
4. Стадии создания гипотезы. Альтернативные или поэтапные варианты построения гипотез
5. Обоснование актуальности проводимой исследовательской работы, темы исследования.
6. Методы эмпирического исследования.
7. Педагогические методы исследования проблем физической культуры и спорта.

2 модуль

1. Автоматический поиск научно-методической литературы в компьютерных каталогах.
2. Опросные методы исследования.
3. Применение педагогических наблюдений в спортивно-педагогических исследованиях.
4. Биомеханические, физиологические, физические и психологические параметры, измеряемые в спортивно-педагогических исследованиях.
5. Основные требования к эксперименту в области физической культуры и спорта.
6. Инструментальные методы исследования в физической культуре и спорте.
7. Критерии пригодности тестов в физической культуре и спорте.
8. Комплексы тестов, разновидности двигательных тестов (по В.М.Зациорскому).
9. Методические принципы проведения тестирования.

3 модуль

1. Комплексный контроль: педагогические, биомеханические, медико-биологические, биохимические и психологические характеристики.
2. Метод визуального наблюдения: объем техники; разносторонность технической подготовленности спортсмена; эффективность техники спортивного движения.
3. Инструментальные методы измерения биомеханических характеристик техники.
4. Методы оценки физического развития: стандартов и антропометрических профилей; индексов; корреляций; персентилей; оценка типа конституции.
5. Методы исследования функционального состояния кардиореспираторной системы.
6. Методы исследования физической работоспособности.
7. Психологические методы, используемые в исследованиях проблем физической культуры и спорта.
8. Математико-статистические методы, используемые при обработке результатов исследований в области физической культуры и спорта.

6.2 Критерии оценивания компетенций:

Таблица 4

Карта критериев оценивания компетенций

№ п/п	Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с	Оценочные материалы	Критерии оценивания
-------	--------------------------------	---	---------------------	---------------------

		планируемыми результатами обучения		
1	УК-1 способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	Знает сущность системного подхода для решения поставленных задач, Знает методические основы поиска и критического анализа научно-методической информации.	Контрольные вопросы	<p>Полнота изложения материала.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Последовательность изложения. – Владение речью и терминологией. – Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. – Умение делать обобщение, выводы, сравнение. – Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов. - Лаконичность изложения.
			Фонд тестовых заданий	Количество правильно выполненных заданий
		Умеет на основе системного подхода решать поставленные задачи. Умеет осуществлять поиск, критический анализ и синтез научно-методической информации.	Ситуационное задание	<ul style="list-style-type: none"> – Логическая последовательность содержания выполненной научной работы. – Содержательная валидность материалов выполненной научной работы. – Умение при работе с научно-методическими источниками определить противоречие между представленными результатами и методическими положениями ФКиС – Умение делать обобщение, выводы, сравнение. <p>-Умение иллюстрировать материал конкретными примерами.</p>

			Курсовая работа	<ul style="list-style-type: none"> – Полнота изложения материала. – Последовательность изложения. – Умение критически анализировать информацию – Умение делать обобщение, выводы, сравнение. – Лаконичность изложения – Владение речью и терминологией. – Степень владения информацией по теме работы
2	ОПК-11 - способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности	<p>Знает методы оценки спортивной подготовленности и качества учебно-воспитательного процесса, методы и организацию комплексного контроля в физическом воспитании и спортивной подготовке</p> <p>Знает основные положения теории тестирования, требования к процедуре тестирования и методы математической статистики, используемые при обработке результатов исследования в физической культуре и спорте</p> <p>Знает методы оценки результатов учебно-воспитательного процесса, методы и организацию комплексного</p>	Контрольные вопросы по темам	<ul style="list-style-type: none"> – Полнота изложения материала. – Последовательность изложения. – Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. – Умение делать обобщение, выводы, сравнение. – Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов. – Владение речью и терминологией. – Лаконичность изложения.
			Фонд тестовых заданий	Количество правильно выполненных заданий

	<p>контроля в физическом воспитании и спортивной подготовке</p>			
	<p>Умеет определять цель, задачи научного исследования, разрабатывать и формулировать гипотезу, подбирать и использовать методы научного исследования Умеет применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе физкультурно-спортивной деятельности и осуществлять контроль за уровнем физической и технико-тактической подготовленности у занимающихся физической культурой и спортсменов Умеет анализировать и интерпретировать результаты исследования, формулировать и аргументировать обобщения и выводы, практические рекомендации Умеет проводить математико-статистическую обработку и анализ</p>	<p>Ситуационные задания</p>		<ul style="list-style-type: none"> – Соответствие между основными компонентами понятийного аппарата научного исследования – Соответствие методов исследования цели и задачам исследования – Адекватность предлагаемых средств и методов исследования возрастно-половыми особенностям исследуемого контингента – Наглядность материалов исследования. – Владение речью и терминологией.
		<p>Курсовая работа</p>		<ul style="list-style-type: none"> – Соответствие между основными компонентами понятийного аппарата научного исследования – Соответствие методов исследования цели и задачам исследования – Адекватность предлагаемых средств и методов исследования возрастно-половыми особенностям исследуемого контингента – Наглядность материалов исследования в работе и презентации – Владение речью и терминологией.

		результатов тестирования и оформляют результаты научно-исследовательской деятельности в виде таблиц, рисунков (графики, диаграммы) и их анализа		
3	ПК-3 способен планировать и выполнять прикладные работы теоретического и экспериментального характера в физической культуре и спорте	Знает технологию планирования теоретических и эмпирических исследований в области физической культуры и спорта. Знает методы организации и проведения научно-исследовательской деятельности	Контрольные вопросы по темам	<ul style="list-style-type: none"> – Полнота изложения материала. – Последовательность изложения. – Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. – Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов. – Владение речью и терминологией. – Лаконичность изложения.
			Фонд тестовых заданий	Количество правильно выполненных заданий
		Умеет планировать прикладные работы теоретического и экспериментального характера в области физической культуры и спорта. Умеет организовать научно-исследовательскую деятельность в области физической культуры и спорта	Ситуационные задания	<ul style="list-style-type: none"> – Полнота изложения материала. – Последовательность изложения этапов исследования. – Соответствие средств и методов организации исследования. – Владение речью и терминологией. – Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов.
			Курсовая работа	<ul style="list-style-type: none"> – Соответствие методов исследования цели и задачам исследования – Полнота изложения материала организации исследования

				<p>– Адекватность предлагаемых средств и методов исследования возрастно-половыми особенностям исследуемого контингента.</p> <p>– Владение речью и терминологией.</p>
--	--	--	--	--

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

7.1 Основная литература:

1. Зиамбетов В.Ю. Основы научно-исследовательской деятельности студентов в сфере физической культуры [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ Зиамбетов В.Ю., Матявина С.И., Холодова Г.Б. — Электрон. текстовые данные. — Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2015. — 104 с. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/54134.html> (дата обращения 26.05.2020). – Режим доступа: по подписке.

7.2 Дополнительная литература:

1. Губа В.П. Методы математической обработки результатов спортивно-педагогических исследований [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ Губа В.П., Пресняков В.В. – Электрон. текстовые данные. – М.: Человек, 2015. — 288 с. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/28321.html> (дата обращения 26.05.2020). – Режим доступа: по подписке.

2. Информационные технологии в физической культуре и спорте [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ — Электрон. текстовые данные. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2020. — 174 с. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/95400.html> (дата обращения 26.05.2020). – Режим доступа: по подписке.

3. Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Петров П.К. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Вузовское образование, 2020. — 377 с. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/98504.html> (дата обращения 26.05.2020). – Режим доступа: по подписке.

4. Перевозкин С.Б. Методы математической статистики в научно-исследовательской работе психолога [Электронный ресурс]: учебное пособие / Перевозкин С.Б., Перевозкина Ю.М. — Электрон. текстовые данные. — Новосибирск: Новосибирский государственный университет экономики и управления «НИНХ», 2017. — 162 с. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/87132.html> (дата обращения 26.05.2020). – Режим доступа: по подписке.

7.3 Интернет-ресурсы:

1. Научный портал "ТЕОРИЯ.РУ". - <http://teoriya.ru/>
2. Спортивный психолог <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>

7.4 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Clarivate Analytics – Web of Science Core Collection. Поставщик контента: ФГБУ «Государственная публичная научно-техническая библиотека России».

https://apps.webofknowledge.com/WOS_GeneralSearch_input.do?product=WOS&search_mode=GeneralSearch&SID=C2ivzMxspGLnBiQvQWN&preferencesSaved=

2. Межвузовская электронная библиотека (МЭБ) <https://icdlib.nspu.ru/>
3. Национальная электронная библиотека <https://rusneb.ru/>
4. Научная электронная библиотека <https://www.elibrary.ru/>
5. Электронная библиотека диссертаций www.diss.rsl.ru

8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю)

- Лицензионное ПО, в том числе отечественного производства: платформа для электронного обучения Microsoft Teams, Microsoft Office 365, Пакет Adobe Creative Cloud: Photoshop, Illustrator, InDesign, Premiere, After Effects, Acrobat Pro и пр.
- Свободно распространяемое ПО, в том числе отечественного производства: не используется

9. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Для проведения лекционных и семинарских занятий необходима аудитория, укомплектованная учебной мебелью (парты, стулья); оснащённая, техническими средствами обучения (компьютер, мультимедийное оборудование) и доской (грифельная или мультимедийная).

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Институт физической культуры

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

 /Е.А. Симонова/
01 июня 2020

Правовые основы и менеджмент физической культуры и спорта
Рабочая программа
для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура
профиль: «Физическая культура и спорт»
формы обучения: очная и заочная

Насонов В.В. Правовые основы и менеджмент физической культуры и спорта. Рабочая программа для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль: «Физическая культура и спорт», формы обучения: очная и заочная. Тюмень, 2020.

Рабочая программа дисциплины (модуля) опубликована на сайте ТюмГУ: Правовые основы и менеджмент физической культуры и спорта [электронный ресурс] / Режим доступа: <https://www.utmn.ru/sveden/education/#>.

1. Пояснительная записка

Дисциплина читается в 6 семестре. Трудоемкость дисциплины: 4 ЗЕТ, 144 ак.ч.
Форма промежуточной аттестации: экзамен.

Дисциплина «Правовые основы и менеджмент физической культуры и спорта» играет особую роль в формировании умения эффективно использовать механизмы рыночной экономики в организации и управлении деятельностью физкультурно-спортивных учреждений.

В условиях преобразований, происходящих в социально-экономической жизни России, постепенного перехода ее к рыночной системе значительно возрастает объем и – самое главное – изменяется содержание управленческой деятельности в различных физкультурно-спортивных организациях и образовательных учреждениях. Эффективное функционирование разнообразных физкультурно-спортивных организаций на современном этапе в решающей мере определяется степенью овладения специалистами физической культуры и спорта современными достижениями отечественной и зарубежной науки управления и уровнем реального проявления искусства управления.

Цели дисциплины - ознакомить студентов с особенностями законодательства в сфере физической культуры и спорта, экономическими основами менеджмента в ФКиС, формированием управленческого образа мышления и готовности применять их в практической деятельности.

Задачи дисциплины:

- ознакомить студентов с знаниями организационной структуры профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта;
- ознакомить студентов с психолого-педагогическими основами организации учебно-воспитательной и учебно-тренировочной работы, массовых физкультурных занятий;
- научить владеть методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях физической культуры и спорта.

Краткое содержание дисциплины:

Дисциплина предполагает обучение эффективно использовать механизмы рыночной экономики в организации и управлении деятельностью физкультурно-спортивных учреждений.

1.1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Данная дисциплина входит в блок Б1 Дисциплины (модули), дисциплины обязательной части.

Для изучения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные студентами при изучении таких дисциплин как: Управление проектами.

Знания, полученные при изучении дисциплины «Правовые основы и менеджмент физической культуры и спорта», используются в профессионально-ориентированной практике студентов.

1.2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины (модуля)

Код и наименование компетенции	Планируемые результаты обучения: (знаниевые/функциональные)
УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их	Знает полное содержание законодательных актов и другие нормативные документы, регулирующих правоотношения в процессе профессиональной деятельности

<p>решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений;</p>	<p>Умеет: в нестандартных ситуациях анализировать и оценивать результаты и последствия деятельности (бездействия) с правовой точки зрения</p>
<p>ОПК-10. Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта;</p>	<p>Знает функции конструктивных взаимоотношений между участниками образовательного процесса</p> <p>Знает стили общения адекватных контингенту учащихся и педагогическим задачам</p> <p>Знает структуру организации взаимодействия между участниками образовательного процесса</p> <p>Знает основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе</p> <p>Умеет демонстрировать лидерские качества в коллективе при организации мероприятий в области физической культуры и спорта</p> <p>Умеет организовывать совместную деятельность и грамотно освещать проблемы профессиональной деятельности при проведении мероприятий</p> <p>Умеет осуществлять действия по планированию взаимодействия с коллегами</p> <p>Умеет выбирать и реализовывать тот или иной стиль общения</p>
<p>ОПК-12. Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики;</p>	<p>Знает нормативные правовые акты отечественного законодательства в сфере спорта и физической культуры</p> <p>Знает нормы международных и отечественных профессионально-этических стандартов</p> <p>Знает этические виды, особенности, требования, функции и принципы профессиональной этики</p> <p>Умеет анализировать и оценивать законодательные инициативы</p> <p>Умеет использовать в профессиональной практике положения российских и международных документов, нормативно-правовых актов, рекомендательных документов</p> <p>Умеет анализировать конкретные ситуации, возникающие в повседневной практике образовательных и спортивных учреждений</p>

	<p>Умеет составлять планирующую документацию, организовывать и проводить массовые физкультурные мероприятия в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта</p>
	<p>Умеет работать с информацией о способах осуществления физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с нормами профессиональной этики</p>
	<p>Умеет выстраивать образовательные отношения в соответствии с этическими нормами профессиональной деятельности</p>
<p>ОПК-15. Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий;</p>	<p>Знает содержание документов, необходимых для материально-технического оснащения, в соответствии с правовыми и санитарно-гигиеническими нормами проведения занятий</p>
	<p>Знает полное содержание материально-технической и финансовой стороны оснащения занятий</p>
	<p>Знает содержание документов, необходимых для материально-технического оснащения соревнований, спортивно-массовых мероприятий в соответствии с правовыми и санитарно-гигиеническими нормами проведения данных мероприятий</p>
	<p>Умеет оценивать соответствие спортивных сооружений санитарно-гигиеническим нормам и специальным требованиям к материально-техническому оснащению занятий</p>
	<p>Умеет сотрудничать с ответственными группами при организации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий для эффективного профессионального взаимодействия с участниками спортивно-массовых мероприятий</p>
	<p>Умеет разрабатывать план модернизации оснащения спортивного зала, выбирать оборудование, выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря</p>
	<p>Умеет организовать соревнования и спортивно-массовые мероприятия, соблюдая правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники</p>
<p>ПК-5. Способен планировать и реализовывать мероприятия обеспечивающие эффективность деятельности в соответствии с уставными целями физкультурно-спортивной организации</p>	<p>Знает основу распределения задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды);</p>
	<p>Знает методы разработки оперативных планов работы первичных структурных подразделений</p>
	<p>Знает технологию организации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий</p>

	Знает технологию реализации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий
	Знает приёмы реализации деятельности и взаимодействия всех групп организаторов массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий
	Умеет составлять документы, необходимые при организации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий
	Умеет корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных ситуациях
	Умеет выявлять связи взаимодействия ответственных групп при организации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий для эффективного профессионального взаимодействия с участниками оздоровительных и культурно-просветительских программ
	Умеет разрабатывать оперативные планы и документооборот
	Умеет составлять документы, необходимые при проведении массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий
	Умеет выявлять связи взаимодействия ответственных групп при реализации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий для эффективного профессионального взаимодействия с участниками оздоровительных и культурно-просветительских программ
ПК-6. Способен разрабатывать и реализовывать мероприятия по организационно-методическому обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой подготовки на базе учреждений физкультурно-спортивной направленности	Знает методы разработки и реализации оперативных планов работы первичных структурных подразделений
	Знает технологию составления индивидуальных финансовых документов, учета и отчетности в сфере физической культуры
	Знает нормативное правовое обеспечение предотвращения допинга в спорте и борьбы с ним
	Знает организационное обеспечение предотвращения допинга в спорте и борьбы с ним
	Знает образовательные программы, направленные на предотвращения допинга и борьбы с ним

	Умеет реализовывать оперативные планы работы в структурных подразделениях организаций
	Умеет проводить физкультурные и спортивные мероприятия
	Умеет осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями стандартов
	Умеет руководить работой малых коллективов, оценивать результаты их деятельности на основе объективных показателей
	Умеет трактовать и реализовывать нормативное правовое обеспечение предотвращения допинга в спорте и борьбы с ним
	Умеет вносить предложения по предотвращению допинга в спорте и борьбы с ним
	Умеет осуществлять антидопинговую пропаганду в рамках преподаваемой дисциплины
	Умеет должным образом подготовить соответствующую инфраструктуру и техническое оснащение при проведении спортивного соревнования
	Умеет работать с инструкцией и планом мероприятия при проведении спортивного соревнования
	Умеет соблюдать и реализовывать правила по видам спорта и положения (регламента) о спортивном соревновании при проведении спортивного соревнования

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1.

Трудоемкость дисциплины для студентов ОФО

Вид учебной работы		Всего часов	Часов в семестре
			6
Общая трудоемкость	зач. ед.	4	4
	час	144	144
Из них:			
Часы аудиторной работы (всего):		64	64
Лекции		16	16
Практические занятия		48	48
Лабораторные / практические занятия по подгруппам		0	0
Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося		80	80
Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен)			Экзамен

Таблица 1.1.

Трудоемкость дисциплины для студентов ЗФО

Вид учебной работы		Всего часов	Часов в семестре
			6
Общая трудоемкость	зач. ед.	4	4
	час	144	144
Из них:			
Часы аудиторной работы (всего):		20	20
Лекции		8	8
Практические занятия		12	12
Лабораторные / практические занятия по подгруппам		0	0
Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося		124	124
Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен)			Экзамен

3. Система оценивания

3.1. При проведении текущего контроля используются: собеседование, ситуационные задания.

Собеседование – средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу (модулю).

Ситуационное задание – задание, выполняемое студентами по результатам пройденной теории, включающие в себя применение данных теоретических знаний на практике.

Критерии оценки:

- соответствие выполненного задания поставленным задачам;
- соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания;
- уровень владения материалом задания при ответах на вопросы.

Студенты, успешно освоившие учебный материал дисциплины получают оценку за экзамен, соответствующую итоговому среднему баллу (в шестом семестре), при условии отсутствия пропусков занятий без уважительных причин.

Студенты, имеющие пропуски занятий без уважительных причин и не сдавшие хотя бы одно собеседование, сдают экзамен в форме собеседования по контрольным вопросам учебной дисциплины.

4. Содержание дисциплины

4.1. Тематический план дисциплины

Таблица 2.

Очная форма обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.		
		Всего	Виды аудиторной работы (в час.)	Иные виды контактной работы

			Лекции	Практические занятия	Лабораторные / практические занятия	
1	2	3	4	5	6	7
1	Правовое регулирование деятельности в сфере физической культуры и спорта в Российской Федерации	4	2	0	0	
2	Правовое регулирование создания и организации деятельности некоммерческих физкультурно-спортивных организаций	4	0	2	0	
3	Нормативно-правовые основы государственной регистрации физкультурно-спортивных организаций как юридических лиц	4	0	2	0	
4	Нормативно-правовые основы аккредитации, аттестации деятельности отдельных типов физкультурно-спортивных организаций	4	0	2	0	
5	Современная организационная структура управления отраслью физической культуры и спорта в России	4	2	0	0	
6	Формирование структуры управления в субъектах и муниципальных образованиях Российской Федерации в области физической культуры и спорта	4	0	2	0	
7	Государственное управление сферой физической культуры и спорта в зарубежных странах	6	0	2	0	
8	Структура и функции государственных и общественных органов управления физической культурой и спортом в РФ	4	0	2	0	
9	Функции менеджмента в управлении физкультурно-спортивной организацией	4	2	0	0	
10	Разработка плана мероприятий по улучшению итоговых показателей и финансового состояния хоккейного клуба в новом игровом сезоне	4	0	2	0	
11	Разработка бизнес-плана спортивного комплекса	6	0	2	0	
12	Разработка проекта физкультурно-спортивного мероприятия	4	0	2	0	
13	Типология и институционализация физкультурно-спортивных организаций	6	2	0	0	
14	Процедура институционализации физкультурно-спортивной организации	4	0	2	0	
15	Разработка типологии физкультурно-спортивной организации	4	0	2	0	
16	Жизненный цикл организации "Сбербанк России"	4	0	2	0	
17	Понятие, типовая структура, виды управленческих решений	6	2	0	0	

18	Процессы управления: целеполагание и принятие управленческих решений	4	0	2	0	
19	Управленческое решение: разработка, принятие и реализация.	6	0	2	0	
20	SWOT-анализ при разработке решений	4	0	2	0	
21	Понятие и классификация организационных структур физкультурно-спортивных организаций	4	2	0	0	
22	Директор департамента физической культуры, спорта и дополнительного образования Тюменской области	6	0	2	0	
23	Разработка организационной структуры системы управления физической культурой и спортом в субъектах РФ	4	0	2	0	
24	Организационные структуры управления	4	0	2	0	
25	Разработка организационной структуры управления проектом проведения Чемпионата России по футболному фристайлу	4	0	2	0	
26	Стратегическое управление организацией в сфере ФКиС	4	2	0	0	
27	Факторы внешней и внутренней среды организации (SWOT-анализ)	4	0	2	0	
28	Спонсорство в сфере физической культуры и спорта	4	0	2	0	
29	PEST-анализ предприятия	4	0	2	0	
30	Централизация и децентрализация управления физкультурно-спортивной организацией	4	2	0	0	
31	Директор HR-отдела	4	0	2	0	
32	"Структура"	4	0	2	0	
33	Консультация	2				2
34	Экзамен	2				2
	Итого (часов)	144	16	48	0	

Таблица 2.1.

Заочная форма обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (в час.)			Иные виды контактной работы
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные / практические занятия	
1	2		4	5	6	7
1	Правовое регулирование деятельности в сфере	14	2	0	0	

	физической культуры и спорта в Российской Федерации					
2	Правовое регулирование создания и организации деятельности некоммерческих физкультурно-спортивных организаций	14	0	2	0	
3	Современная организационная структура управления отраслью физической культуры и спорта в России	14	2	0	0	
4	Структура и функции государственных и общественных органов управления физической культурой и спортом в РФ	14	0	2	0	
5	Функции менеджмента в управлении физкультурно-спортивной организацией	14	2	0	0	
6	Разработка бизнес-плана спортивного комплекса	14	0	2	0	
7	Разработка проекта физкультурно-спортивного мероприятия	14	0	2	0	
8	Типология и институционализация физкультурно-спортивных организаций	14	2	0	0	
9	Разработка типологии физкультурно-спортивной организации	14	0	2	0	
10	Жизненный цикл организации "Сбербанк России"	14	0	2	0	
11	Консультация	2				2
12	Экзамен	2				2
13	Итого (часов)	144	8	12	0	

4.2. Содержание дисциплины (модуля) по темам

1. "Правовое регулирование деятельности в сфере физической культуры и спорта в Российской Федерации"

Конституционные положения о развитии физической культуры и спорта. Федеральный закон РФ о «Физической культуре и спорте в РФ». Нормативные правовые акты Тюменской области в сфере ФКиС. Роль закона «Об образовании» в развитии физической культуры и спорта. Единая Всероссийская спортивная классификация. Правила спортивных соревнований. Положение о соревновании. Календарный план спортивно-массовых мероприятий. Понятие и сущность права. Источники и система правовых актов. Предмет и метод правового регулирования. Анализ взаимодействия социальных функций физической культуры и спорта с функциями государства. Правовое положение органов управления физической культуры и спорта. Правовые акты по физической культуре и спорту и требования к ним. Нормативно-правовые акты, регулирующие правовые отношения специалистов физической культуры и спорта. Основные принципы Олимпийской хартии. МОК - цели, полномочия и структура управления. Правовое регулирование деятельности международных федераций по видам спорта. Нормативно-правовые основы государственной регистрации физкультурно-спортивных организаций как юридических лиц. Нормативно-правовые основы аккредитации, аттестации деятельности отдельных типов физкультурно-спортивных организаций. Организационно-правовые формы коммерческих физкультурно-спортивных организаций. Особенности создания и организации деятельности коммерческих физкультурно-спортивных организаций в различных организационно-правовых формах. Организационно-правовые формы некоммерческих физкультурно-спортивных организаций.

2. "Правовое регулирование создания и организации деятельности некоммерческих физкультурно-спортивных организаций"

В кейсе необходимо определить организационно-правовые формы некоммерческих физкультурно-спортивных организаций: общественные организации, фонды, некоммерческие партнерства, учреждения, автономные некоммерческие организации, ассоциации и союзы и др., установить нормативно-правовые особенности создания и организации деятельности некоммерческих физкультурно-спортивных организаций в различных организационно-правовых формах, определить учредительные документы некоммерческих физкультурно-спортивных организаций.

3. "Нормативно-правовые основы государственной регистрации физкультурно-спортивных организаций как юридических лиц"

В кейсе необходимо установить правовые аспекты организации (государственной регистрации) и функционирования физкультурно-спортивных организаций. Определить порядок создания, порядок их государственной регистрации.

4. "Нормативно-правовые основы аккредитации, аттестации деятельности отдельных типов физкультурно-спортивных организаций"

В кейсе необходимо проработать алгоритм лицензирования и государственной аккредитации образовательной деятельности в сфере физической культуры и спорта, права и обязанности основных субъектов образования, основные положения о процедуре лицензирования образовательной деятельности, порядок аккредитации образовательной деятельности.

5. "Современная организационная структура управления отраслью физической культуры и спорта в России"

Общая характеристика организационной структуры управления. Государственные органы управления физической культурой и спортом общей и специальной компетенции. Полномочия органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта.

6. "Формирование структуры управления в субъектах и муниципальных образованиях Российской Федерации в области физической культуры и спорта"

Кейс направлен на умение формировать структуру управления в субъектах и муниципальных образованиях Российской Федерации в области физической культуры и спорта. Также рассматривается система управления спортивной подготовкой на уровне субъектов Российской Федерации и на муниципальном уровне.

7. "Государственное управление сферой физической культуры и спорта в зарубежных странах"

В кейсе рассматриваются критерии и показатели развития физической культуры и спорта в России и в зарубежных странах. Затронута Физическая культура и спорт в Конституциях зарубежных стран.

8. "Структура и функции государственных и общественных органов управления физической культурой и спортом в РФ"

В кейсе представлена типовая структура органов управления физической культурой и спортом. Определение правового статуса: государственных органов управления физической культурой и спортом разного уровня (федерального, регионального, местного); Олимпийского комитета России; спортивных федераций и иных общественных объединений физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности.

9. "Функции менеджмента в управлении физкультурно-спортивной организацией "

Общие функции, менеджмента: планирование, организация, координация, учет, контроль, анализ, мотивация. Их особенности, состав и содержание. Интегрирующая роль общих функций менеджмента. Соотношение функций на различных уровнях системы менеджмента организации. Централизация и концентрация функций управления. Изменение состава и содержания функций менеджмента с развитием внутренней и внешней среды.

10. "Разработка плана мероприятий по улучшению итоговых показателей и финансового состояния хоккейного клуба в новом игровом сезоне "

Задание предполагает:

- распределение финансовых средств;
 - привлечение финансовых средств через спонсоров;
 - проведение рекламной кампании для привлечения большего количества болельщиков;
 - распределение бюджета;
 - разработку предложений по привлечению спонсоров;
- разработку мероприятий для популяризации клуба;

11. "Разработка бизнес-плана спортивного комплекса"

В задании приведены данные по финансовой составляющей, количеству персонала, и др. Задача студентов - найти ошибочные данные и предложить свое видение по открытию спортивного комплекса.

12. "Разработка проекта физкультурно-спортивного мероприятия"

В кейсе затронута составление календарного плана физкультурно-спортивного мероприятия. Затронуты педагогические, спортивно-методические и общественно-политические задачи в проведении.

13. "Типология и институционализация физкультурно-спортивных организаций"

Физкультурно-спортивная организация как социальная система. Классификация по признакам. Типология физкультурно-спортивных организаций. Типы организаций, выделяемые по форме собственности. Типология физкультурно-спортивных организаций по целевому назначению. Организационно-правовые формы физкультурных и спортивных организаций. Иерархия отраслевого управления. Проектирование и институционализация физкультурно-спортивной организации. Вертикальные и горизонтальные связи в организации. Жизненный цикл организации, характеристики организации на каждой стадии цикла.

14. "Процедура институционализации физкультурно-спортивной организации"

В кейсе проведен комплексный анализ положения организации на рынке физкультурно-спортивных услуг. Рассмотрены: а) внешняя среда косвенного воздействия; б) внешняя среда прямого воздействия; в) внутренняя среда организации на предмет оказания новых услуг; г) все физкультурно-спортивные услуги, которые предлагаются конкурентами, чтобы понять, какие новые услуги может предложить организация.

15. "Разработка типологии физкультурно-спортивной организации"

В кейсе рассмотрена типология физкультурно-спортивных мероприятий и их характеристика, задачи и принципы их проведения.

16. "Жизненный цикл организации "Сбербанк России""

В кейсе представлен жизненный цикл организации – совокупность стадий, которые проходит организация в период своей жизни: рождение, детство, юность, зрелость, старение, возрождение. Рождение любой организации связано с необходимостью удовлетворения интересов нового клиента, с поиском и занятием свободной рыночной ниши.

17. "Понятие, типовая структура, виды управленческих решений "

Определение управленческого решения (УР) и основные требования к нему. Классификация управленческих решений. Основные формы управленческих решений. Основные этапы разработки и принятия управленческого решения. Типовая структура управленческого решения. Требования к управленческим решениям.

18. "Процессы управления: целеполагание и принятие управленческих решений"

Цель занятия - развитие практических навыков к самостоятельной работе по принятию управленческих решений.

19. "Управленческое решение: разработка, принятие и реализация. "

Цель кейса:

формирование практических навыков принятия управленческого решения, определения функциональной принадлежности.

20. "SWOT-анализ при разработке решений"

Цель кейса - привить навыки инновационного поиска при решении стратегических задач организации, анализа и обобщения изучаемого материала.

21. "Понятие и классификация организационных структур физкультурно-спортивных организаций"

Понятие, принципы построения и характеристика элементов организационной структуры управления организацией. Элементарные схемы организационных структур. Характеристика линейной и функциональной организационной структуры. Особенности линейно-функциональной структуры. Матричные структуры управления. Сравнительная характеристика типов организационных структур. Преимущества и недостатки. Выбор организационных структур. Современные тенденции развития организационных структур управления в России и за рубежом.

22. "Директор департамента по спорту Тюменской области"

В задании представлен пакет документов нормативно-правового содержания, который необходимо проработать, делегировать находясь в роли Директора Департамента. В задании студентам предлагается проанализировать организационную структуру управления и специально разработанный пакет документов: письма, отчеты, докладные записки и др. и прокомментировать свое решение.)

23. "Разработка организационной структуры системы управления физической культурой и спортом в субъектах РФ"

Кейс направлен на умение формировать структуру управления в субъектах и муниципальных образованиях Российской Федерации в области физической культуры и спорта. Также рассматривается система управления спортивной подготовкой на уровне субъектов Российской Федерации и на муниципальном уровне.

24. "Организационные структуры управления"

Цель кейса - получить практические навыки в анализе и оценке организационных структур, оперативность управления, адаптивность оргструктуры к изменению рынка, возможность компетентного управления, координируемость решений, ответственность подразделений за конечный результат.

25. "Разработка организационной структуры управления проектом проведения Чемпионата России по футболному фристайлу "

Упражнение включает в себя разработку декомпозиции работ мероприятия, структуры управления проектом, проведение SWOT-анализа, разработку календарного плана мероприятия, создание графика затрат.

26. "Стратегическое управление организацией в сфере ФКиС"

Понятие стратегия, стратегический менеджмент, стратегическое планирование. Сущность и особенности стратегических решений, их роль в функционировании и развитии организации. Процесс стратегического управления: анализ внешней и внутренней среды; формирование стратегии и ее реализация; контроль и оценка реализации стратегии. Стратегический анализ и диагностика внешнего окружения компании. PEST – анализ. Анализ внутренней среды компании: сильные и слабые стороны. SWOT – анализ.

27. "Факторы внешней и внутренней среды организации (SWOT-анализ)"

Цель кейса - привить навыки инновационного поиска при решении стратегических задач организации, анализа и обобщения изучаемого материала.

28. "Спонсорство в сфере физической культуры и спорта"

Кейс предполагает разработку спонсорской программы по спортивному мероприятию, спонсорского пакета, выявление сильных и слабых сторон мероприятия, угроз и возможностей по средствам стратегического планирования, в выявлении факторов внутренней и внешней среды организации SWOT-анализ.

29. "PEST-анализ предприятия "

Выявление влияния на деятельность спортивной фирмы факторов макросреды:

- политико-правовых;
- экономических;
- социальных;
- технологических;

30. "Централизация и децентрализация управления физкультурно-спортивной организацией "

Разделение полномочий между уровнями управления. Понятие централизации и децентрализации в управлении организациями. Условия эффективного применения централизации. Условия эффективного применения децентрализации управления. Особенность управления в централизованных и децентрализованных структурах.

31. "Директор HR-отдела"

Цель задания: проверка интеллектуальных и аналитических данных. Выработка аргументации своей позиции. Обучение навыкам hr-менеджмента. Развитие коммуникационных способностей, умения работать в команде.

32. "Структура"

Задача игры - разработать организационную структуру управления организации с указанием административных связей подчиненности.

33. "Консультация"

В ходе подготовки необходимо изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой. Можно дополнить список литературы современными источниками, не представленными в списке рекомендованной литературы.

34. "Экзамен"

5. Учебно-методическое обеспечение и планирование самостоятельной работы обучающихся

Таблица 3

№ Темы	Темы	Формы СРС, включая требования к подготовке к занятиям
6 семестр		
Правовые основы и менеджмент физической культуры и спорта		
1	<p>Правовое регулирование деятельности в сфере физической культуры и спорта в Российской Федерации</p>	<p>Подготовка конспекта. Выполнение задания: Конспект должен отражать основные идеи заслушанного или прочитанного сообщения. Ценность конспекта значительно повышается, если студент излагает мысли своими словами, в лаконичной форме. Особо значимые места, примеры выделяются цветом подчеркиванием, взятием в рамку, пометками на полях, чтобы акцентировать на них внимание и прочнее запомнить. Работа выполняется письменно. Озвучиванию подлежат главные положения и выводы работы в виде краткого устного сообщения (3-4 мин). Критерии оценки: - содержательность конспекта, соответствие плану; - отражение основных положений, результатов работ автора, выводов; - ясность, лаконичность изложения мыслей студента; - умение «свертывания информации» с использованием обозначений, схем, символов; - графическое выделение особо значимой информации; - соответствие оформления требованиям; - грамотность изложения; - конспект сдан в срок.</p>
2	<p>Правовое регулирование создания и организации деятельности некоммерческих физкультурно-спортивных организаций</p>	<p>Выполнение и защита групповых (индивидуальных) проектов. Выполнение задания: 1) диагностика ситуации (проблематизация, целеполагание, конкретизация цели, форматирование проекта); 2) проектирование (уточнение цели, функций, задач и плана работы; теоретическое моделирование методов и средств решения задач; детальная проработка этапов решения конкретных задач; пошаговое выполнение запланированных проектных действий; систематизация и обобщение полученных результатов, конструирование предполагаемого результата, пошаговое выполнение</p>

	<p>проектных действий);</p> <p>3) рефлексия (выявление соответствия полученного результата замыслу; определение качества полученного продукта; перспективы его развития и использования).</p> <p>Оценка формы самостоятельной работы «Индивидуальный (групповой) проект»</p> <p>1. Соответствие проекта контексту проектирования:</p> <p>— проект соответствует контексту проектирования; — проект частично соответствует контексту проектирования;</p> <p>не более 2 замечаний; — проект частично соответствует контексту проектирования:</p> <p>не более 4 замечаний; — проект не соответствует контексту проектирования.</p> <p>2. Соответствие проекта культурному аналогу:</p> <p>— проект соответствует культурному аналогу; — проект частично соответствует культурному аналогу: не более 2 замечаний; — проект частично соответствует культурному аналогу: не более 4 замечаний; — проект не соответствует культурному аналогу.</p> <p>3. Степень освоения процедур проектирования:</p> <p>— процедуры проектирования освоены в полном объеме; — процедуры проектирования освоены частично: не освоена 1 процедура;</p> <p>— процедуры проектирования освоены частично: не освоено 2 процедуры;</p> <p>— процедуры проектирования не освоены: не освоено 3 и более процедур.</p> <p>4. Соответствие проекта требованиям, предъявляемым к защите (наличие презентации, доклада, анализа работы); — наличие презентации, доклада, анализа работы; — наличие доклада, анализа работы; — наличие доклада, презентации; — наличие презентации.</p>
<p>3</p> <p>Нормативно-правовые основы государственной регистрации физкультурно-спортивных организаций как юридических лиц</p>	<p>Выполнение и защита групповых (индивидуальных) проектов.</p> <p>Выполнение задания:</p> <p>1) диагностика ситуации (проблематизация, целеполагание, конкретизация цели, форматирование проекта);</p> <p>2) проектирование (уточнение цели, функций, задач и плана работы; теоретическое моделирование методов и средств решения задач; детальная проработка этапов решения конкретных задач; пошаговое выполнение запланированных проектных действий; систематизация и обобщение полученных результатов, конструирование предполагаемого результата, пошаговое выполнение проектных действий);</p>

	<p>3) рефлексия (выявление соответствия полученного результата замыслу; определение качества полученного продукта; перспективы его развития и использования). Оценка формы самостоятельной работы «Индивидуальный (групповой) проект»</p> <p>1. Соответствие проекта контексту проектирования: — проект соответствует контексту проектирования; — проект частично соответствует контексту проектирования; не более 2 замечаний; — проект частично соответствует контексту проектирования: не более 4 замечаний; — проект не соответствует контексту проектирования.</p> <p>2. Соответствие проекта культурному аналогу: — проект соответствует культурному аналогу; — проект частично соответствует культурному аналогу: не более 2 замечаний; — проект частично соответствует культурному аналогу: не более 4 замечаний; — проект не соответствует культурному аналогу.</p> <p>3. Степень освоения процедур проектирования: — процедуры проектирования освоены в полном объеме; — процедуры проектирования освоены частично: не освоена 1 процедура; — процедуры проектирования освоены частично: не освоено 2 процедуры; — процедуры проектирования не освоены: не освоено 3 и более процедур.</p> <p>4. Соответствие проекта требованиям, предъявляемым к защите (наличие презентации, доклада, анализа работы); — наличие презентации, доклада, анализа работы; — наличие доклада, презентации; — наличие презентации.</p>
4	<p>Выполнение и защита групповых (индивидуальных) проектов. Выполнение задания: 1) диагностика ситуации (проблематизация, целеполагание, конкретизация цели, форматирование проекта); 2) проектирование (уточнение цели, функций, задач и плана работы; теоретическое моделирование методов и средств решения задач; детальная проработка этапов решения конкретных задач; пошаговое выполнение запланированных проектных действий; систематизация и обобщение полученных результатов, конструирование предполагаемого результата, пошаговое выполнение проектных действий); 3) рефлексия (выявление соответствия полученного результата замыслу; определение качества</p>

	<p>полученного продукта; перспективы его развития и использования).</p> <p>Оценка формы самостоятельной работы «Индивидуальный (групповой) проект»</p> <p>1. Соответствие проекта контексту проектирования:</p> <ul style="list-style-type: none"> — проект соответствует контексту проектирования; — проект частично соответствует контексту проектирования; <p>2. Соответствие проекта культурному аналогу:</p> <ul style="list-style-type: none"> — проект соответствует культурному аналогу; — проект частично соответствует культурному аналогу; — не более 2 замечаний; — проект не соответствует культурному аналогу; <p>3. Степень освоения процедур проектирования:</p> <ul style="list-style-type: none"> — процедуры проектирования освоены в полном объеме; — процедуры проектирования освоены частично; не освоена 1 процедура; — процедуры проектирования освоены частично: не освоено 2 процедуры; — процедуры проектирования не освоены: не освоено 3 и более процедур. <p>4. Соответствие проекта требованиям, предъявляемым к защите (наличие презентации, доклада, анализа работы); — наличие презентации, доклада, анализа работы; — наличие доклада, анализа работы; — наличие доклада, презентации; — наличие презентации.</p>
<p>5</p> <p>Современная организационная структура управления отраслью физической культуры и спорта в России</p>	<p>Выполнение кейс-задания</p> <p>Выполнение задания:</p> <p>1) подготовить основной текст с вопросами для обсуждения: — титульный лист с кратким запоминающимся названием кейса; — введение, где упоминается герой (герои) кейса, рассказывается об истории вопроса, указывается время начала действия; — основная часть, где содержится главный массив информации;</p> <p>внутренняя интрига, проблема; — заключение (в нем решение проблемы, рассматриваемой в кейсе, иногда может быть не завершено);</p> <p>2) подобрать приложени с подборкой различной информации, передающей общий контекст кейса (документы, публикации, фото, видео и др.);</p> <p>3) предложить возможное решение проблемы.</p> <p>Оценка формы самостоятельной работы «Кейс-задание»</p>

		<p>1. Структура кейса: — структура соответствует требованиям; — структура соответствует требованиям частично: отсутствует 1 элемент; — структура соответствует требованиям частично: отсутствуют 2–3 элемента; — структура не соответствует требованиям.</p> <p>2. Общая валидность — установление корректности операциональных действий в рамках изучаемой темы и выстраиваемой концепции: — операциональные действия корректны; — операциональные действия корректны частично: 1–2 замечания;</p> <p>— операциональные действия корректны частично: 3–4 замечания; — операциональные действия не корректны.</p> <p>3. Внутренняя валидность — установление всей полноты причинных связей: — установлена вся полнота причинных связей; — полнота причинных связей установлена частично: 1–2 замечания; — полнота причинных связей установлена частично: 3 и более замечаний; — полнота причинных связей не установлена.</p>
6	<p>Формирование структуры управления в субъектах и муниципальных образованиях Российской Федерации в области физической культуры и спорта</p>	<p>Выполнение и защита групповых (индивидуальных) проектов.</p> <p>Выполнение задания:</p> <p>1) диагностика ситуации (проблематизация, целеполагание, конкретизация цели, форматирование проекта);</p> <p>2) проектирование (уточнение цели, функций, задач и плана работы; теоретическое моделирование методов и средств решения задач; детальная проработка этапов решения конкретных задач; пошаговое выполнение запланированных проектных действий; систематизация и обобщение полученных результатов, конструирование предполагаемого результата, пошаговое выполнение проектных действий);</p> <p>3) рефлексия (выявление соответствия полученного результата замыслу; определение качества полученного продукта; перспективы его развития и использования).</p> <p>Оценка формы самостоятельной работы «Индивидуальный (групповой) проект»</p> <p>1. Соответствие проекта контексту проектирования: — проект соответствует контексту проектирования; — проект частично соответствует контексту проектирования;</p>

		<p>не более 2 замечаний; — проект частично соответствует контексту проектирования; не более 4 замечаний; — проект не соответствует контексту проектирования.</p> <p>2. Соответствие проекта культурному аналогу: — проект соответствует культурному аналогу; — проект частично соответствует культурному аналогу; — проект не соответствует культурному аналогу.</p> <p>3. Степень освоения процедур проектирования: — процедуры проектирования освоены в полном объеме; — процедуры проектирования освоены частично: не освоена 1 процедура; — процедуры проектирования освоены частично: не освоено 2 процедуры; — процедуры проектирования не освоены: не освоено 3 и более процедур.</p> <p>4. Соответствие проекта требованиям, предъявляемым к защите (наличие презентации, доклада, анализа работы); — наличие презентации, доклада, анализа работы; — наличие доклада, анализа работы; — наличие доклада, презентации; — наличие презентации.</p>
7	Государственное управление сферой физической культуры и спорта в зарубежных странах	<p>Выполнение и защита групповых (индивидуальных) проектов.</p> <p>Выполнение задания:</p> <p>1) диагностика ситуации (проблематизация, целеполагание, конкретизация цели, форматирование проекта);</p> <p>2) проектирование (уточнение цели, функций, задач и плана работы; теоретическое моделирование методов и средств решения задач; детальная проработка этапов решения конкретных задач; пошаговое выполнение запланированных проектных действий; систематизация и обобщение полученных результатов, конструирование предполагаемого результата, пошаговое выполнение проектных действий);</p> <p>3) рефлексия (выявление соответствия полученного результата замыслу; определение качества полученного продукта; перспективы его развития и использования).</p> <p>Оценка формы самостоятельной работы «Индивидуальный (групповой) проект»</p> <p>1. Соответствие проекта контексту проектирования: — проект соответствует контексту проектирования; — проект частично соответствует контексту проектирования;</p> <p>не более 2 замечаний; — проект частично соответствует контексту проектирования:</p>

		<p>не более 4 замечаний; — проект не соответствует контексту проектирования.</p> <p>2. Соответствие проекта культурному аналогу: — проект соответствует культурному аналогу; — проект частично соответствует культурному аналогу; — не более 2 замечаний; — проект частично соответствует культурному аналогу: не более 4 замечаний; — проект не соответствует культурному аналогу.</p> <p>3. Степень освоения процедур проектирования: — процедуры проектирования освоены в полном объеме; — процедуры проектирования освоены частично: не освоена 1 процедура; — процедуры проектирования освоены частично: не освоено 2 процедуры; — процедуры проектирования не освоены: не освоено 3 и более процедур.</p> <p>4. Соответствие проекта требованиям, предъявляемым к защите (наличие презентации, доклада, анализа работы); — наличие презентации, доклада, анализа работы; — наличие доклада, анализа работы; — наличие доклада, презентации; — наличие презентации.</p>
8	<p>Структура и функции государственных и общественных органов управления физической культурой и спортом в РФ</p>	<p>Выполнение и защита групповых (индивидуальных) проектов.</p> <p>Выполнение задания:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) диагностика ситуации (проблематизация, целеполагание, конкретизация цели, форматирование проекта); 2) проектирование (уточнение цели, функций, задач и плана работы; теоретическое моделирование методов и средств решения задач; детальная проработка этапов решения конкретных задач; пошаговое выполнение запланированных проектных действий; систематизация и обобщение полученных результатов, конструирование предполагаемого результата, пошаговое выполнение проектных действий); 3) рефлексия (выявление соответствия полученного результата замыслу; определение качества полученного продукта; перспективы его развития и использования). <p>Оценка формы самостоятельной работы «Индивидуальный (групповой) проект»</p> <p>1. Соответствие проекта контексту проектирования: — проект соответствует контексту проектирования; — проект частично соответствует контексту проектирования; не более 2 замечаний; — проект частично соответствует контексту проектирования; не более 4 замечаний; — проект не соответствует контексту проектирования.</p>

		<p>2. Соответствие проекта культурному аналогу: — проект соответствует культурному аналогу; — проект частично соответствует культурному аналогу; — не более 2 замечаний; — проект частично соответствует культурному аналогу: не более 4 замечаний; — проект не соответствует культурному аналогу.</p> <p>3. Степень освоения процедур проектирования: — процедуры проектирования освоены в полном объеме; — процедуры проектирования освоены частично: не освоена 1 процедура; — процедуры проектирования освоены частично: не освоено 2 процедуры; — процедуры проектирования не освоены: не освоено 3 и более процедур.</p> <p>4. Соответствие проекта требованиям, предъявляемым к защите (наличие презентации, доклада, анализа работы); — наличие презентации, доклада, анализа работы; — наличие доклада, анализа работы; — наличие доклада, презентации; — наличие презентации.</p>
9	<p>Функции менеджмента в управлении физкультурно-спортивной организацией</p>	<p>Выполнение кейс-задания Выполнение задания: 1) подготовить основной текст с вопросами для обсуждения: — титульный лист с кратким запоминающимся названием кейса; — введение, где упоминается герой (герои) кейса, рассказывается об истории вопроса, указывается время начала действия; — основная часть, где содержится главный массив информации, внутренняя интрига, проблема; — заключение (в нем решение проблемы, рассматриваемой в кейсе, иногда может быть не завершено); 2) подобрать приложения с подборкой различной информации, передающей общий контекст кейса (документы, публикации, фото, видео и др.); 3) предложить возможное решение проблемы. Оценка формы самостоятельной работы «Кейс-задание» 1. Структура кейса: — структура соответствует требованиям; — структура соответствует требованиям частично: отсутствует 1 элемент; — структура соответствует требованиям частично: отсутствуют 2–3 элемента; — структура не соответствует требованиям. 2. Общая валидность — установление корректности операциональных действий в рамках изучаемой темы и выстраиваемой концепции: — операциональные действия корректны; — операциональные действия корректны частично: 1–2 замечания; — операциональные действия корректны частично: 3–4 замечания;</p>

		<p>— операциональные действия не корректны.</p> <p>3. Внутренняя валидность — установление всей полноты причинных связей:</p> <ul style="list-style-type: none"> — установлена вся полнота причинных связей; — полнота причинных связей установлена частично: 1–2 замечания; — полнота причинных связей установлена частично: 3 и более замечаний; — полнота причинных связей не установлена.
10	<p>Разработка плана мероприятий по улучшению итоговых показателей и финансового состояния хоккейного клуба в новом игровом сезоне</p>	<p>Выполнение и защита групповых (индивидуальных) проектов.</p> <p>Выполнение задания:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) диагностика ситуации (проблематизация, целеполагание, конкретизация цели, форматирование проекта); 2) проектирование (уточнение цели, функций, задач и плана работы; теоретическое моделирование методов и средств решения задач; детальная проработка этапов решения конкретных задач; пошаговое выполнение запланированных проектных действий; систематизация и обобщение полученных результатов, конструирование предполагаемого результата, пошаговое выполнение проектных действий); 3) рефлексия (выяснение соответствия полученного результата замыслу; определение качества полученного продукта; перспективы его развития и использования). <p>Оценка формы самостоятельной работы «Индивидуальный (групповой) проект»</p>
11	<p>Разработка бизнес-плана спортивного комплекса</p>	<p>1. Соответствие проекта контексту проектирования:</p> <ul style="list-style-type: none"> — проект соответствует контексту проектирования; — проект частично соответствует контексту проектирования; <p>не более 2 замечаний; — проект частично соответствует контексту проектирования: не более 4 замечаний; — проект не соответствует контексту проектирования.</p>
12	<p>Разработка проекта физкультурно-спортивного мероприятия</p>	<p>2. Соответствие проекта культурному аналогу:</p> <ul style="list-style-type: none"> — проект соответствует культурному аналогу; — проект частично соответствует культурному аналогу: не более 2 замечаний; — проект частично соответствует культурному аналогу: не более 4 замечаний; <p>3. Степень освоения процедур проектирования:</p> <ul style="list-style-type: none"> — процедуры проектирования освоены в полном объеме; — процедуры проектирования освоены частично: не освоена 1 процедура;

		<p>— процедуры проектирования освоены частично: не освоено 2 процедуры; — процедуры проектирования не освоены: не освоено 3 и более процедур. 4. Соответствие проекта требованиям, предъявляемым к защите (наличие презентации, доклада, анализа работы); — наличие презентации, доклада, анализа работы; — наличие доклада, анализа работы; — наличие доклада, презентации; — наличие презентации.</p>
13	<p>Типология и институционализация физкультурно-спортивных организаций</p>	<p>Выполнение кейс-задания Выполнение задания: 1) подготовить основной текст с вопросами для обсуждения: — титульный лист с кратким заголовком, названием кейса; — введение, где упоминается герой (герои) кейса, рассказывается об истории вопроса, указывается время начала действия; — основная часть, где содержится главный массив информации, внутренняя интрига, проблема; — заключение (в нем решение проблемы, рассматриваемой в кейсе, иногда может быть не завершено); 2) подобрать приложения с подборкой различной информации, передающей общий контекст кейса (документы, публикации, фото, видео и др.); 3) предложить возможное решение проблемы. Оценка формы самостоятельной работы «Кейс-задание» 1. Структура кейса: — структура соответствует требованиям; — структура соответствует требованиям частично: отсутствует 1 элемент; — структура соответствует требованиям частично: отсутствуют 2–3 элемента; — структура не соответствует требованиям. 2. Общая валидность — установление корректности операциональных действий в рамках изучаемой темы и выстраиваемой концепции: — операциональные действия корректны; — операциональные действия корректны частично: 1–2 замечания; — операциональные действия корректны частично: 3–4 замечания; — операциональные действия не корректны. 3. Внутренняя валидность — установление всей полноты причинных связей: — установлена вся полнота причинных связей; — полнота причинных связей установлена частично: 1–2 замечания; — полнота причинных связей установлена частично: 3 и более замечаний; — полнота причинных связей не установлена.</p>
14	Процедура	<p>Выполнение и защита групповых (индивидуальных) проектов.</p>

	институционализации физкультурно-спортивной организации	<p>Выполнение задания:</p> <p>1) диагностика ситуации (проблематизация, целеполагание, конкретизация цели, форматирование проекта);</p> <p>2) проектирование (уточнение цели, функций, задач и плана работы; теоретическое моделирование методов и средств решения задач; детальная проработка этапов решения конкретных задач; пошаговое выполнение запланированных проектных действий; систематизация и обобщение полученных результатов, конструирование предполагаемого результата, пошаговое выполнение проектных действий);</p>
15	Разработка типологии физкультурно-спортивной организации	<p>3) рефлексия (выявление соответствия полученного результата замыслу; определение качества полученного продукта; перспективы его развития и использования). Оценка формы самостоятельной работы «Индивидуальный (групповой) проект»</p>
16	Жизненный цикл организации "Сбербанк России"	<p>1. Соответствие проекта контексту проектирования: — проект соответствует контексту проектирования; — проект частично соответствует контексту проектирования;</p> <p>2. Соответствие проекта культурному аналогу: — проект соответствует культурному аналогу; — проект частично соответствует культурному аналогу: не более 2 замечаний; — проект не соответствует культурному аналогу: не более 4 замечаний;</p> <p>3. Степень освоения процедур проектирования: — процедуры проектирования освоены в полном объеме; — процедуры проектирования освоены частично: не освоена 1 процедура; — процедуры проектирования освоены частично: не освоено 2 процедуры; — процедуры проектирования не освоены: не освоено 3 и более процедур.</p> <p>4. Соответствие проекта требованиям, предъявляемым к защите (наличие презентации, доклада, анализа работы); — наличие презентации, доклада, анализа работы; — наличие доклада, анализа работы; — наличие доклада, презентации; — наличие презентации.</p>
17	Понятие, типовая структура, виды	<p>Подготовка конспекта. Выполнение задания:</p>

управленческих решений	<p>Конспект должен отражать основные идеи заслушанного или прочитанного сообщения. Ценность конспекта значительно повышается, если студент излагает мысли своими словами, в лаконичной форме. Особо значимые места, примеры выделяются цветом, подчеркиванием, взятием в рамку, пометками на полях, чтобы акцентировать на них внимание и прочнее запомнить.</p> <p>Работа выполняется письменно. Озвучиванию подлежат главные положения и выводы работы в виде краткого устного сообщения (3-4 мин).</p> <p>Критерии оценки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержательность конспекта, соответствие плану; - отражение основных положений, результатов работы автора, выводов; - ясность, лаконичность изложения мыслей студента; - умение «свертывания информации» с использованием обозначений, схем, символов; - графическое выделение особо значимой информации; - соответствие оформления требованиям; - грамотность изложения; - конспект сдан в срок.
18 Процессы управления: целеполагание и принятие управленческих решений	<p>Выполнение и защита групповых (индивидуальных) проектов.</p> <p>Выполнение задания:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) диагностика ситуации (проблематизация, целеполагание, конкретизация цели, форматирование проекта); 2) проектирование (уточнение цели, функций, задач и плана работы; теоретическое моделирование методов и средств решения задач; детальная проработка этапов решения конкретных задач; пошаговое выполнение запланированных проектных действий; систематизация и обобщение полученных результатов, конструирование предполагаемого результата, пошаговое выполнение проектных действий); 3) рефлексия (выявление соответствия полученного результата замыслу; определение качества полученного продукта; перспективы его развития и использования). <p>Оценка формы самостоятельной работы «Индивидуальный (групповой) проект»</p>
19 Управленческое решение: разработка, принятие и реализация.	<p>1. Соответствие проекта контексту проектирования:</p> <p>— проект соответствует контексту проектирования; — проект частично соответствует контексту проектирования;</p>
20 SWOT-анализ при разработке решений	<p>1. Соответствие проекта контексту проектирования:</p> <p>— проект соответствует контексту проектирования; — проект частично соответствует контексту проектирования;</p>

	<p>не более 2 замечаний; — проект частично соответствует контексту проектирования; не более 4 замечаний; — проект не соответствует контексту проектирования.</p> <p>2. Соответствие проекта культурному аналогу:</p> <p>— проект соответствует культурному аналогу; — проект частично соответствует культурному аналогу; не более 2 замечаний; — проект частично соответствует культурному аналогу; не более 4 замечаний; — проект не соответствует культурному аналогу.</p> <p>3. Степень освоения процедур проектирования:</p> <p>— процедуры проектирования освоены в полном объеме; — процедуры проектирования освоены частично; не освоена 1 процедура;</p> <p>— процедуры проектирования освоены частично: не освоено 2 процедуры;</p> <p>— процедуры проектирования не освоены: не освоено 3 и более процедур.</p> <p>4. Соответствие проекта требованиям, предъявляемым к защите (наличие презентации, доклада, анализа работы); — наличие презентации, доклада, анализа работы; — наличие доклада, анализа работы; — наличие доклада, презентации; — наличие презентации.</p>
<p>21</p> <p>Понятие и классификация организационных структур физкультурно-спортивных организаций</p>	<p>Выполнение кейс-задания</p> <p>Выполнение задания:</p> <p>1) подготовить основной текст с вопросами для обсуждения: — титульный лист с кратким запоминающимся названием кейса; — введение, где упоминается герой (герои) кейса, рассказывается об истории вопроса, указывается время начала действия; — основная часть, где содержится главный массив информации,</p> <p>внутренняя интрига, проблема; — заключение (в нем решение проблемы, рассматриваемой в кейсе, иногда может быть не завершено);</p> <p>2) подобрать приложения с подборкой различной информации, передающей общий контекст кейса (документы, публикации, фото, видео и др.);</p> <p>3) предложить возможное решение проблемы.</p> <p>Оценка формы самостоятельной работы «Кейс-задание»</p> <p>1. Структура кейса: — структура соответствует требованиям; — структура соответствует требованиям частично; отсутствует 1 элемент;</p> <p>— структура соответствует требованиям частично: отсутствуют 2–3 элемента; — структура не соответствует требованиям.</p> <p>2. Общая валидность — установление корректности операциональных действий в рамках изучаемой темы и выстраиваемой концепции: — операциональные действия корректны; — операциональные действия корректны частично:</p>

		<p>1–2 замечания;</p> <ul style="list-style-type: none"> — операциональные действия корректны частично: 3–4 замечания; — операциональные действия не корректны. <p>3. Внутренняя валидность — установление всей полноты причинных связей:</p> <ul style="list-style-type: none"> — установлена вся полнота причинных связей; — полнота причинных связей установлена частично: 1–2 замечания; — полнота причинных связей установлена частично: 3 и более замечаний; — полнота причинных связей не установлена.
22	<p>Директор департамента по спорту Тюменской области</p>	<p>Выполнение и защита групповых (индивидуальных) проектов.</p> <p>Выполнение задания:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) диагностика ситуации (проблематизация, целеполагание, конкретизация цели, форматирование проекта);
23	<p>Разработка организационной структуры системы управления физической культурой и спортом в субъектах РФ</p>	<ol style="list-style-type: none"> 2) проектирование (уточнение цели, функций, задач и плана работы; теоретическое моделирование методов и средств решения задач; детальная проработка этапов решения конкретных задач; пошаговое выполнение запланированных проектных действий; систематизация и обобщение полученных результатов, конструирование предполагаемого результата, пошаговое выполнение проектных действий); 3) рефлексия (выявление соответствия полученного результата замыслу; определение качества полученного продукта; перспективы его развития и использования).
24	<p>Организационные структуры управления</p>	<p>Оценка формы самостоятельной работы «Индивидуальный (групповой) проект»</p>
25	<p>Разработка организационной структуры управления проектом проведения Чемпионата России по футболному фристайлу</p>	<p>1. Соответствие проекта контексту проектирования:</p> <ul style="list-style-type: none"> — проект соответствует контексту проектирования; — проект частично соответствует контексту проектирования; <p>2. Соответствие проекта культурному аналогу:</p> <ul style="list-style-type: none"> — проект соответствует культурному аналогу; — проект частично соответствует культурному аналогу; не более 2 замечаний; — проект частично соответствует культурному аналогу: не более 4 замечаний; — проект не соответствует культурному аналогу. <p>3. Степень освоения процедур проектирования:</p>

		<p>— процедуры проектирования освоены в полном объеме; — процедуры проектирования освоены частично: не освоена 1 процедура;</p> <p>— процедуры проектирования освоены частично: не освоено 2 процедуры;</p> <p>— процедуры проектирования не освоены: не освоено 3 и более процедур.</p> <p>4. Соответствие проекта требованиям, предъявляемым к защите (наличие презентации, доклада, анализа работы); — наличие презентации, доклада, анализа работы; — наличие доклада, анализа работы; — наличие доклада, презентации; — наличие презентации.</p>
26	Стратегическое управление организацией в сфере ФКиС	<p>Подготовка конспекта.</p> <p>Выполнение задания:</p> <p>Конспект должен отражать основные идеи заслушанного или прочитанного сообщения. Ценность конспекта значительно повышается, если студент излагает мысли своими словами, в лаконичной форме. Особо значимые места, примеры выделяются цветом и подчеркиванием, взятием в рамку, пометками на полях, чтобы акцентировать на них внимание и прочнее запомнить.</p> <p>Работа выполняется письменно. Озвучиванию подлежат главные положения и выводы работы в виде краткого устного сообщения (3-4 мин).</p> <p>Критерии оценки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержательность конспекта, соответствие плану; - отражение основных положений, результатов работы автора, выводов; - ясность, лаконичность изложения мыслей студента; - умение «свертывания информации» с использованием обозначений, схем, символов; - графическое выделение особо значимой информации; - соответствие оформления требованиям; - грамотность изложения; - конспект сдан в срок.
27	Факторы внешней и внутренней среды организации (SWOT-анализ)	<p>Выполнение и защита групповых (индивидуальных) проектов.</p> <p>Выполнение задания:</p> <p>1) диагностика ситуации (проблематизация, целеполагание, конкретизация цели, форматирование проекта);</p>
28	Спонсорство в сфере физической культуры и спорта	<p>2) проектирование (уточнение цели, функций, задач и плана работы; теоретическое моделирование методов и средств решения задач; детальная проработка этапов решения конкретных задач; пошаговое выполнение запланированных проектных действий; систематизация и обобщение полученных результатов, конструирование предполагаемого результата, пошаговое выполнение</p>

		<p>проектных действий);</p> <p>3) рефлексия (выявление соответствия полученного результата замыслу; определение качества полученного продукта; перспективы его развития и использования).</p> <p>Оценка формы самостоятельной работы «Индивидуальный (групповой) проект»</p> <p>1. Соответствие проекта контексту проектирования:</p> <p>— проект соответствует контексту проектирования; — проект частично соответствует контексту проектирования;</p> <p>не более 2 замечаний; — проект частично соответствует контексту проектирования: не более 4 замечаний; — проект не соответствует контексту проектирования.</p> <p>2. Соответствие проекта культурному аналогу:</p> <p>— проект соответствует культурному аналогу; — проект частично соответствует культурному аналогу: не более 2 замечаний; — проект частично соответствует культурному аналогу: не более 4 замечаний; — проект не соответствует культурному аналогу.</p> <p>3. Степень освоения процедур проектирования:</p> <p>— процедуры проектирования освоены в полном объеме; — процедуры проектирования освоены частично: не освоена 1 процедура;</p> <p>— процедуры проектирования освоены частично: не освоено 2 процедуры;</p> <p>— процедуры проектирования не освоены: не освоено 3 и более процедур.</p> <p>4. Соответствие проекта требованиям, предъявляемым к защите (наличие презентации, доклада, анализа работы); — наличие презентации, доклада, анализа работы; — наличие доклада, анализа работы; — наличие доклада, презентации; — наличие презентации.</p>
29	PEST-анализ предприятия	<p>Выполнение кейс-задания</p> <p>Выполнение задания:</p> <p>1) подготовить основной текст с вопросами для обсуждения: — титульный лист с кратким заголовком; — введение, где упоминается герой (герои) кейса, рассказывается об истории вопроса, указывается время начала действия; — основная часть, где содержится главный массив информации, внутренняя интрига, проблема; — заключение (в нем решение проблемы, рассматриваемой в кейсе, иногда может быть не завершено);</p> <p>2) подобрать приложения с подборкой различной информации, передающей общий контекст кейса (документы, публикации, фото, видео и др.);</p>

		<p>3) предложить возможное решение проблемы. Оценка формы самостоятельной работы «Кейс-задание»</p> <p>1. Структура кейса:— структура соответствует требованиям;— структура соответствует требованиям частично: отсутствует 1 элемент; — структура соответствует требованиям частично: отсутствуют 2–3 элемента;— структура не соответствует требованиям.</p> <p>2. Общая валидность — установление корректности операциональных действий в рамках изучаемой темы и выстраиваемой концепции:— операциональные действия корректны;— операциональные действия корректны частично: 1–2 замечания; — операциональные действия корректны частично: 3–4 замечания; — операциональные действия не корректны.</p> <p>3. Внутренняя валидность — установление всей полноты причинных связей: — установлена вся полнота причинных связей; — полнота причинных связей установлена частично: 1–2 замечания; — полнота причинных связей установлена частично: 3 и более замечаний; — полнота причинных связей не установлена.</p>
30	<p>Централизация и децентрализация управления физкультурно-спортивной организацией</p>	<p>Выполнение кейс-задания Выполнение задания:</p> <p>1) подготовить основной текст с вопросами для обсуждения: — титульный лист с кратким запоминающимся названием кейса; — введение, где упоминается герой (герои) кейса, рассказывается об истории вопроса, указывается время начала действия; — основная часть, где содержится главный массив информации, внутренняя интрига, проблема; — заключение (в нем решение проблемы, рассматриваемой в кейсе, иногда может быть не завершено);</p> <p>2) подобрать приложения с подборкой различной информации, передающей общий контекст кейса (документы, публикации, фото, видео и др.);</p> <p>3) предложить возможное решение проблемы.</p> <p>Оценка формы самостоятельной работы «Кейс-задание»</p> <p>1. Структура кейса:— структура соответствует требованиям;— структура соответствует требованиям частично: отсутствует 1 элемент; — структура соответствует требованиям частично: отсутствуют 2–3 элемента;— структура не соответствует требованиям.</p>

		<p>2. Общая валидность — установление корректности операциональных действий в рамках изучаемой темы и выстраиваемой концепции;— операциональные действия корректны;— операциональные действия корректны частично: 1–2 замечания;</p> <p>— операциональные действия корректны частично: 3–4 замечания;</p> <p>— операциональные действия не корректны.</p> <p>3. Внутренняя валидность — установление всей полноты причинных связей:</p> <p>— установлена вся полнота причинных связей;</p> <p>— полнота причинных связей установлена частично: 1–2 замечания;</p> <p>— полнота причинных связей установлена частично: 3 и более замечаний;</p> <p>— полнота причинных связей не установлена.</p>
31	Директор HR-отдела	Выполнение и защита групповых (индивидуальных) проектов.
32	"Структура"	<p>Выполнение задания:</p> <p>1) диагностика ситуации (проблематизация, целеполагание, конкретизация цели, форматирование проекта);</p> <p>2) проектирование (уточнение цели, функций, задач и плана работы; теоретическое моделирование методов и средств решения задач; детальная проработка этапов решения конкретных задач; пошаговое выполнение запланированных проектных действий; систематизация и обобщение полученных результатов, конструирование предполагаемого результата, пошаговое выполнение проектных действий);</p> <p>3) рефлексия (выявление соответствия полученного результата замыслу; определение качества полученного продукта; перспективы его развития и использования).</p> <p>Оценка формы самостоятельной работы «Индивидуальный (групповой) проект»</p> <p>1. Соответствие проекта контексту проектирования:</p> <p>— проект соответствует контексту проектирования;— проект частично соответствует контексту проектирования;</p> <p>не более 2 замечаний;— проект частично соответствует контексту проектирования: не более 4 замечаний;— проект не соответствует контексту проектирования.</p> <p>2. Соответствие проекта культурному аналогу:</p> <p>— проект соответствует культурному аналогу; — проект частично соответствует культурному аналогу;</p>

		<p>не более 2 замечаний; — проект частично соответствует культурному аналогу: не более 4 замечаний; — проект не соответствует культурному аналогу.</p> <p>3. Степень освоения процедур проектирования:</p> <p>— процедуры проектирования освоены в полном объеме; — процедуры проектирования освоены частично: не освоена 1 процедура;</p> <p>— процедуры проектирования освоены частично: не освоено 2 процедуры;</p> <p>— процедуры проектирования не освоены: не освоено 3 и более процедур.</p> <p>4. Соответствие проекта требованиям, предъявляемым к защите (наличие презентации, доклада, анализа работы); — наличие презентации, доклада, анализа работы; — наличие доклада, анализа работы; — наличие доклада, презентации; — наличие презентации.</p>
33	Консультация	Самостоятельное изучение заданного материала
34	Экзамен	Самостоятельное изучение заданного материала

Требования к подготовке к занятиям

Проработка лекций предполагает:

- изучить содержание лекции;
- изучить дополнительные литературные источники по теме лекции;
- расширить содержание вопросов лекции дополнительными фактами и примерами.

Критерии оценки: содержательность, соответствие теме, своевременность выполнения задания.

Выполнение и защита групповых (индивидуальных) проектов.

Выполнение задания:

- диагностика ситуации (проблематизация, целеполагание, конкретизация цели, форматирование проекта);

- проектирование (уточнение цели, функций, задач и плана работы; теоретическое моделирование методов и средств решения задач; детальная проработка этапов решения конкретных задач; пошаговое выполнение запланированных проектных действий; систематизация и обобщение полученных результатов, конструирование предполагаемого результата, пошаговое выполнение проектных действий);

- рефлексия (выяснение соответствия полученного результата замыслу; определение качества полученного продукта; перспективы его развития и использования).

Оценка формы самостоятельной работы:

- соответствие проекта контексту проектирования;
- соответствие проекта культурному аналогу;
- степень освоения процедур проектирования;
- соответствие проекта требованиям, предъявляемым к защите (наличие презентации, доклада, анализа работы).

Выполнение кейс-задания.

Оценка формы самостоятельной работы «Кейс-задание».

- структура кейса (соответствует требованиям);
- общая валидность (установление корректности операциональных действий в рамках изучаемой темы и выстраиваемой концепции);
- внутренняя валидность (установление всей полноты причинных связей).

6. Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю)

6.1. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

Промежуточная аттестация по дисциплине в 6 семестре предполагает проведение экзамена в форме собеседования.

Собеседование – специальная беседа преподавателя со студентом, рассчитанная на выяснение объема знаний студента по определенному разделу, теме, проблеме.

Критерии выставления экзаменационной оценки

«Отлично» – обучающийся глубоко и прочно усвоил весь программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок.

«Хорошо» – обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий.

«Удовлетворительно» – обучающийся усвоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий.

«Неудовлетворительно» – обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания, задачи.

Перечень примерных вопросов для итоговой аттестации (6 семестр):

1. Социальные гарантии и социальная защита спортсменов и работников физкультурно-спортивных организаций.
2. Федеральный закон РФ о ФКиС №329 от 04.12.2007г. Основные принципы законодательства о физической культуре и спорте.
3. Основные нормативные правовые акты, регулирующие деятельность в сфере физической культуры и спорта.
4. Нормативные правовые акты Тюменской области в сфере ФКиС.
5. Формы государственного управления и регулирования физкультурно-спортивной деятельности.
6. Организационно-правовые формы коммерческих и некоммерческих физкультурно-спортивных организаций.
7. Правовое регулирование государственной регистрации физкультурно-спортивных организаций.
8. Государственные и отраслевые звания, отраслевые знаки, краткое содержание и значимость.
9. Документы, регулирующие деятельность учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.
10. Цели, задачи, принципы деятельности учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.
11. Особенности заключения трудовых договоров со спортсменами, с тренерами.
12. Дополнительные гарантии и компенсации спортсменам, тренерам.
13. Права и обязанности спортсменов.
14. Компетенция общественных органов управления в сфере ФКиС (Федерации, союзы, ассоциации).
15. Основные виды общественных физкультурно-спортивных объединений в РФ, порядок образования, регистрация, ликвидация.
16. Основные статьи Федерального закона о паралимпийском и сурдлимпийском движении России.
17. Общая характеристика организационной структуры управления.
18. Государственные органы управления физической культурой и спортом общей и специальной компетенции.
19. Полномочия органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта.
20. Общие функции менеджмента: планирование, организация, координация, учет, контроль, анализ, мотивация. Их особенности, состав и содержание.
21. Типология физкультурно-спортивных организаций. Типы организаций, выделяемые по форме собственности.
22. Проектирование и институционализация физкультурно-спортивной организации.
23. Жизненный цикл организации, характеристики организации на каждой стадии цикла. Вертикальные и горизонтальные связи в организации.
24. Определение управленческого решения (УР) и основные требования к нему. Классификация управленческих решений. Основные формы управленческих решений.

25. Основные этапы разработки и принятия управленческого решения. Типовая структура управленческого решения. Требования к управленческим решениям.
26. Понятие, принципы построения и характеристика элементов организационной структуры управления организацией. Элементарные схемы организационных структур. Характеристика линейной и функциональной организационной структуры.
27. Особенности линейно-функциональной структуры. Матричные структуры управления. Сравнительная характеристика типов организационных структур.
28. Современные тенденции развития организационных структур управления в России и за рубежом.
29. Понятие стратегия, стратегический менеджмент, стратегическое планирование.
30. Сущность и особенности стратегических решений, их роль в функционировании и развитии организации.
31. Процесс стратегического управления: анализ внешней и внутренней среды; формирование стратегии и ее реализация; контроль и оценка реализации стратегии.
32. Стратегический анализ и диагностика внешнего окружения компании. PEST – анализ.
33. Анализ внутренней среды компании: сильные и слабые стороны. SWOT – анализ.
34. Понятие централизации и децентрализации в управлении организациями. Условия эффективного применения централизации. Условия эффективного применения децентрализации управления.
35. Особенность управления в централизованных и децентрализованных структурах.

***Пример выполнения и защиты групповых (индивидуальных) проектов
«СПОНСОРСТВО В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»***

Задание выполняется в группе по 5 человек. Группе следует определить роли:

1. Директор
2. Специалист PR-отдела
3. Главный бухгалтер
4. Специалист по связям с общественностью
5. Юрист

Ситуация: Вы являетесь сотрудниками крупной брендовой организации. Название вашей компании известно по во многих городах страны, вы активно ведете социальную работу, направленную на благотворительность в сфере экологии, культуры и искусства, науки и т.д.

Бизнесмены знают о том, как трудно сформировать положительный имидж собственной компании и сколько необходимо приложить для этого усилий. Зато занятие благотворительной деятельностью способствует тому, что компания быстро приобретает необходимый имидж в глазах потенциальных клиентов.

На данный момент, ваша организация выходит на рынок с линейкой новых товаров, которые связаны со сферой физической культуры и спорта.

Для того, чтобы привлечь потенциальных клиентов для данной линейки товаров, вам необходимо разработать спонсорскую программу в сфере спорта.

Любая благотворительная акция, проводимая компанией, является в некоторой степени рекламным ходом. Во время акции громко звучит название компании и все кто, стал участником, а также зрители и окружающие люди так или иначе запоминают это название, которое обязательно всплывет у них в дальнейшем.

Перед вами стоит ряд задач, которые вам необходимо решить, **следует принять во внимание то, что главное слово в решение всех вопросов принадлежит тому сотруднику, в чьей зоне ответственности находится данная задача**, однако следует помнить, что все решения принимаются с утверждения директора.

Задание 1.

Определиться с мероприятием, которое будет спонсироваться за счет вашей компании. Следует учитывать, что чем масштабнее мероприятие, тем больше расходов несет организация. Постарайтесь найти оптимальное решение, без потерь для организации.

1. Региональные соревнования по мини-футболу.
2. Городские соревнования по легкой атлетике.
3. Межрегиональные соревнования по биатлону.
4. Чемпионат России по карате.
5. Чемпионат Европы по гимнастике.
6. Окружные соревнования по волейболу.
7. Чемпионат России по фигурному катанию.

Примечание: можно выбрать несколько мелких соревнований, или одно крупное. Стоит учитывать массовость и зрелищность мероприятия, так как чем больше людей увидит вашу рекламу, тем лучше будет результат. Специалист по связям с общественностью и специалист PR-отдела, могут предложить вам свои варианты мероприятий, которые не представлены в списке.

Обоснуйте свой выбор:

Задание 2.

После того как вы определились с мероприятием(ми), вам следует связаться с его организаторами. Следует направить письменное обращение по электронной почте, с предложением по спонсорской помощи. Специалист по связям с общественностью и юрист, должны грамотно составить письмо и отправить его организаторам. *Письмо составляется на отдельном листе бумаги, по следующему образцу, который следует расширить, для полноты предоставляемой информации. Помните, чем полнее и красочнее вы оформите свое письмо, тем больше вероятности, что на Вас обратят внимание. Так как вы новички в сфере спорта, у вас большая конкуренция.*

Кому	
От кого	
Уважаемый, _____!	
Наша компания заинтересована в спонсировании _____. При положительном ответе, Вам необходимо _____, в срок _____.	
Надеемся на долгосрочное сотрудничество!	
Дата	Подпись

Задание 3.

На ваше письмо, от организаторов мероприятия поступил ответ, где вам предлагается собрать свой спонсорский пакет. Во главе со специалистом PR-отдела и главным бухгалтером вам следует определиться с перечнем услуг. Вам надо уложиться в сумму 218 тыс. руб. *Важно понимать, что следует ответственно подойти к выбору услуг, акцент надо сделать не на количестве, а на качестве, главная цель, чтобы зритель запомнил вашу компанию.*

Спонсорский пакет — это полный комплект юридических, финансовых и программных документов, который дает возможность потенциальным спонсорам выбрать статус своего присутствия в проекте, уяснить свои информационно-рекламные возможности и, самое главное, финансовые затраты.

Услуга	Стоимость
1. Демонстрация продукта на открытии мероприятия	85000 руб.
2. Бронирование площадки (логотип компании)	150000 руб.
3. Реклама в соц. сетях	25 000 руб.
4. Логотип компании на приглажительных	93000 руб.
6. Выступление ген. директора на открытии	76000 руб.
7. Форма участников с логотипом компании	130000 руб.
8. Упоминание продукта ведущим	55000 руб.
9. Размещение о продукции на всех пресс-релизах	98000 руб.
10. Благодарность в конечных титрах	40000 руб.
11. Показ и употребление продукции в кадрах	105000 руб.
12. Участие представителя спонсора в церемонии награждения	67000 руб.

Обоснуйте свой выбор:

Далее вам следует утвердить выбранные вами услуги с директором, для этого вам надо продумать четкое обоснование своего выбора для каждой услуги. Заполните таблицу, на отдельном листе, по следующему примеру:

Выбранная услуга	Выгода компании	Охват аудитории	Ожидаемый результат
1. Участие представителя спонсора в церемонии награждения	Возможность своим видом и действиями показать ответственность и заинтересованность компании в развитии спорта	Более 65%	Привлечение внимания зрителей и спортсменов к имиджу организации, которая исходит от представителя

Задание 5.

Как и любой организации, при реализации нового масштабного проекта, вам следует рассчитать свои сильные и слабые стороны в вопросе спонсорства сферы спорта, для этого существует инструмент SWOT-анализ.

SWOT-анализ — метод стратегического планирования, заключающийся в выявлении факторов внутренней и внешней среды организации и разделении их на четыре категории:

- Strengths (сильные стороны),
- Weaknesses (слабые стороны),
- Opportunities (возможности),
- Threats (угрозы).

	Положительное влияние	Отрицательное влияние
Внутренняя среда	S trengths (свойства проекта или коллектива, дающие преимущества перед другими в отрасли)	W eaknesses (свойства, ослабляющие проект)
Внешняя среда	O pportunities (внешние вероятные факторы, дающие дополнительные возможности по достижению цели)	T hreats (внешние вероятные факторы, которые могут осложнить достижение цели)

На отдельном листе бумаги составьте SWOT-анализ для своей компании, (в каждом столбце должно быть не менее 7 пунктов).

Пример:

	Положительное влияние	Отрицательное влияние
Внутренняя среда	<ol style="list-style-type: none">1. Узнаваемость бренда в других сферах спонсорства2.	<ol style="list-style-type: none">1. Отсутствие опыта у специалистов компании в сфере спортивного спонсорства2.
Внешняя среда	<ol style="list-style-type: none">1. Достаточное количество партнеров для проведения рекламных мероприятий2.	<ol style="list-style-type: none">1. Большая конкуренция со стороны опытных компаний2.

Задание 6.

В заключение кейса, вам необходимо коллективно обсудить и прописать , что нового вы выделили для себя в теме спонсорство в сфере ФК и С, проделав данную работу.

6.2. Критерии оценивания компетенций:

Таблица 4

Карта критериев оценивания компетенций

№ п/п	Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенций, соотносенные с планируемыми результатами обучения	Оценочные материалы	Критерии оценивания
1	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	Знает полное содержание законодательных актов и другие нормативные документы, регулирующих правоотношения в процессе профессиональной деятельности		Выполнение и защита групповых (индивидуальных) проектов 1. Соответствие проекта контексту проектирования: — проект соответствует контексту проектирования; — контексту проектирования; — проект частично соответствует контексту проектирования; не более 2 замечаний; — проект частично соответствует контексту проектирования: не более 4 замечаний; — проект не соответствует контексту проектирования. 2. Соответствие проекта культурному аналогу: — проект соответствует культурному аналогу; — проект частично соответствует культурному аналогу: не более 2 замечаний; — проект частично соответствует культурному аналогу: не более 4 замечаний; — проект не соответствует культурному аналогу. 3. Степень освоения процедур
		Умеет: в нестандартных ситуациях анализировать и оценивать результаты и последствия деятельности (бездействия) с правовой точки зрения		
2	ОПК-10. Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта	Знает функции конструктивных взаимоотношений между участниками образовательного процесса	Выполнение и защита групповых (индивидуальных) проектов, выполнение кейс-задания	
		Знает стили общения адекватных контингенту учащихся и педагогическим задачам		
		Знает структуру организации взаимодействия между участниками образовательного процесса		
		Знает основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе		
		Умеет демонстрировать лидерские качества в коллективе при организации мероприятий в области физической культуры и спорта		
		Умеет организовывать совместную деятельность и грамотно освещать проблемы профессиональной деятельности при проведении мероприятий		
Умеет осуществлять действия по планированию				

		<p>взаимодействия с коллегами</p> <p>Умеет выбирать и реализовывать тот или иной стиль общения</p>		
3	<p>ОПК-12. Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики</p>	<p>Знает нормативные правовые акты отечественного законодательства в сфере спорта и физической культуры</p> <p>Знает нормы международных и отечественных профессионально-этических стандартов</p> <p>Знает этические виды, особенности, требования, функции и принципы профессиональной этики</p> <p>Умеет анализировать и оценивать законодательные инициативы</p> <p>Умеет использовать в профессиональной практике положения российских и международных документов, нормативно-правовых актов, рекомендательных документов</p> <p>Умеет анализировать конкретные ситуации, возникающие в повседневной практике образовательных и спортивных учреждений</p> <p>Умеет составлять планирующую документацию, организовывать и проводить массовые физкультурные мероприятия в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта</p> <p>Умеет работать с информацией о способах осуществления физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с нормами профессиональной этики</p> <p>Умеет выстраивать образовательные отношения в соответствии с этическими нормами профессиональной деятельности</p>		<p>проектирования:</p> <p>— процедуры проектирования освоены в полном объеме; — процедуры проектирования освоены частично: не освоена 1 процедура;</p> <p>— процедуры проектирования освоены частично: не освоено 2 процедуры;</p> <p>— процедуры проектирования не освоены: не освоено 3 и более процедур.</p> <p>Соответствие проекта требованиям, предъявляемым к защите (наличие презентации, доклада, анализа работы); — наличие презентации, доклада, анализа работы; — наличие доклада, анализа работы; — наличие доклада, презентации; — наличие презентации.</p> <p>Выполнение кейс-задания</p> <p>Выполнение задания:</p> <p>1) подготовить основной текст с вопросами для обсуждения: — титульный лист с кратким заголовком, где упоминается кейс; — введение, где упоминается герой (герои) кейса, рассказывается об истории вопроса, указывается время начала действия; — основная</p>
4	<p>ОПК-15. Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых</p>	<p>Знает содержание документов, необходимых для материально-технического оснащения, в соответствии с правовыми и санитарно-гигиеническими нормами проведения занятий</p> <p>Знает полное содержание материально-технической и финансовой стороны оснащения занятий</p>		

<p>мероприятий</p>	<p>Знает содержание документов, необходимых для материально-технического оснащения соревнований, спортивно-массовых мероприятий в соответствии с правовыми и санитарно-гигиеническими нормами проведения данных мероприятий</p> <p>Умеет оценивать соответствие спортивных сооружений санитарно-гигиеническим нормам и специальным требованиям к материально-техническому оснащению занятий</p> <p>Умеет сотрудничать с ответственными группами при организации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий для эффективного профессионального взаимодействия с участниками спортивно-массовых мероприятий</p> <p>Умеет разрабатывать план модернизации оснащения спортивного зала, выбирать оборудование, выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря</p> <p>Умеет организовать соревнования и спортивно-массовые мероприятия, соблюдая правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники</p>	<p>часть, где содержится главный массив информации, внутренняя интрига, проблема; — заключение (в нем решение проблемы, рассматриваемой в кейсе, иногда может быть не завершено);</p> <p>2) подобрать приложения с подборкой различной информации, передающей общий контекст кейса (документы, публикации, фото, видео и др.);</p> <p>3) предложить возможное решение проблемы.</p> <p>Оценка формы самостоятельной работы «Кейс-задание»</p> <p>1. Структура кейса: — структура соответствует требованиям; — структура соответствует требованиям частично;</p> <p>отсутствует 1 элемент;</p> <p>— структура соответствует требованиям частично;</p> <p>отсутствуют 2–3 элемента; — структура не соответствует требованиям.</p> <p>2. Общая валидность — установление корректности операциональных действий в рамках изучаемой темы и выстраиваемой концепции: — операциональные действия корректны; —</p>
<p>ПК-5. Планирование и реализация мероприятий по обеспечению эффективности уставным целям деятельности физкультурно-спортивной организации</p>	<p>Знает основу распределения задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды);</p> <p>Знает методы разработки оперативных планов работы первичных структурных подразделений</p> <p>Знает технологию организации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий</p> <p>Знает технологию реализации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий</p> <p>Знает приёмы реализации деятельности и взаимодействия всех групп организаторов массовых физкультурных и спортивно-</p>	

	<p>зрелищных мероприятий</p> <p>Умеет составлять документы, необходимые при организации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий</p> <p>Умеет корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных ситуациях</p> <p>Умеет выявлять связи взаимодействия ответственных групп при организации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий для эффективного профессионального взаимодействия с участниками оздоровительных и культурно-просветительских программ</p> <p>Умеет разрабатывать оперативные планы и документооборот</p> <p>Умеет составлять документы, необходимые при проведении массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий</p> <p>Умеет выявлять связи взаимодействия ответственных групп при реализации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий для эффективного профессионального взаимодействия с участниками оздоровительных и культурно-просветительских программ</p>		<p>операциональные действия корректны частично: 1–2 замечания;</p> <p>— операциональные действия корректны частично: 3–4 замечания;</p> <p>— операциональные действия не корректны.</p> <p>3. Внутренняя валидность — установление всей полноты причинных связей:</p> <p>— установлена вся полнота причинных связей;</p> <p>— полнота причинных связей установлена частично: 1–2 замечания;</p> <p>— полнота причинных связей установлена частично: 3 и более замечаний;</p> <p>— полнота причинных связей не установлена.</p>
6	<p>ПК-6. Разработка и реализация мероприятий по организационно-методическому обеспечению физкультурно-оздоровительной</p>	<p>Знает методы разработки и реализации оперативных планов работы первичных структурных подразделений</p> <p>Знает технологию составления индивидуальных финансовых документов, учета и отчетности в сфере физической культуры</p> <p>Знает нормативное правовое обеспечение предотвращения</p>	

<p>спортивно-массовой подготовки на базе ФСО, центров спортивной подготовки, а также ОО, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта. Разработка и реализация плановых мероприятий, направленных на осуществление проектов по борьбе с допингом в спорте. Разработка мероприятий по обеспечению соблюдения правил вида спорта и положения (регламента) о спортивном соревновании при проведении спортивного соревнования</p>	<p>допинга в спорте и борьбы с ним Знает организационное обеспечение предотвращения допинга в спорте и борьбы с ним Знает образовательные программы, направленные на предотвращение допинга и борьбы с ним Умеет реализовывать оперативные планы работы в структурных подразделениях организаций Умеет проводить физкультурные и спортивные мероприятия Умеет осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями стандартов Умеет руководить работой малых коллективов, оценивать результаты их деятельности на основе объективных показателей Умеет трактовать и реализовывать нормативное правовое обеспечение предотвращения допинга в спорте и борьбы с ним Умеет вносить предложения по предотвращению допинга в спорте и борьбы с ним Умеет осуществлять антидопинговую пропаганду в рамках преподаваемой дисциплины Умеет должным образом подготовить соответствующую инфраструктуру и техническое оснащение при проведении спортивного соревнования Умеет работать с инструкцией и планом мероприятия при проведении спортивного соревнования Умеет соблюдать и реализовывать правила по видам спорта и положения (регламента) о спортивном соревновании при проведении спортивного соревнования</p>	
---	---	--

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

7.1 Основная литература:

1. Починкин, А. В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта : учебное пособие / А. В. Починкин. — Москва : Издательство «Спорт», 2017. — 384 с. — ISBN 978-5-906839-55-8. — Текст : электронный. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/57795.html> (дата обращения: 25.05.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

7.2 Дополнительная литература:

1. Сусикова, Т. С. Менеджмент физической культуры : электронное учебное пособие / Т. С. Сусикова, Н. Р. Арбузина ; составители Т. С. Сусикова, Н. Р. Арбузина. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 140 с. — ISBN 978-5-91930-109-7. — Текст : электронный. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/95627.html> (дата обращения: 25.05.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

2. Основы менеджмента : курс лекций / составители И. В. Боровских. — Иркутск : Иркутский филиал Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодёжи и туризма, 2011. — 131 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/15701.html> (дата обращения: 25.05.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

3. Алексеев, С. В. Спортивный менеджмент. Регулирование организации и проведения физкультурных и спортивных мероприятий : учебник для студентов вузов, обучающихся по направлениям «Менеджмент организации», «Юриспруденция» и «Физическая культура и спорт» / С. В. Алексеев ; под редакцией П. В. Крашенинников. — Москва : ЮНИТИ-ДАНА, 2015. — 687 с. — ISBN 978-5-238-02540-7. — Текст : электронный. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/66299.html> (дата обращения: 25.05.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

7.3 Интернет-ресурсы:

1. Международный олимпийский комитет www.olympic.org
2. <http://www.olympic.ru>. Олимпийский комитет России.
3. <http://www.olympic-history.ru>. История Олимпийского движения.
4. <http://www.ru.wikipedia.org>. Википедия.
5. Международное спортивное аналитическое агентство – www.aroundtherings.com.

7.4 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Clarivate Analytics – Web of Science Core Collection. Поставщик контента: ФГБУ «Государственная публичная научно-техническая библиотека России». https://apps.webofknowledge.com/WOS_GeneralSearch_input.do?product=WOS&search_mode=GeneralSearch&SID=C2ivzMxspGLnBiQvQWN&preferencesSaved=

2. Межвузовская электронная библиотека (МЭБ) <https://icdlib.nspu.ru/>
3. Национальная электронная библиотека <https://rusneb.ru/>
4. Научная электронная библиотека <https://www.elibrary.ru/>

8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Лицензионное ПО, в том числе отечественного производства:

- платформа для электронного обучения Microsoft Teams, Microsoft Office 365, Пакет Adobe Creative Cloud: Photoshop, Illustrator, InDesign, Premiere, After Effects, Acrobat Pro и пр.

- свободно распространяемое ПО, в том числе отечественного производства: не используется.

9. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Для проведения лекционных и семинарских занятий необходима аудитория, укомплектованная учебной мебелью (парты, стулья); оснащённая, техническими средствами обучения (компьютер, мультимедийное оборудование) и доской (грифельная или мультимедийная).

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Институт физической культуры

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

 /Е.А. Симонова/
01 июня 2020

Педагогика физической культуры
Рабочая программа
для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура,
профиль: «Физическая культура и спорт»
формы обучения: очная и заочная

Макаридин Д.Н. Педагогика физической культуры. Рабочая программа для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль: «Физическая культура и спорт», формы обучения: очная и заочная. Тюмень, 2020.

Рабочая программа дисциплины (модуля) опубликована на сайте ТюмГУ: Педагогика физической культуры [электронный ресурс] / Режим доступа: <https://www.utmn.ru/sveden/education/#>.

1. Пояснительная записка

Рабочая программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования подготовки бакалавра по направлению – Физическая культура.

Данный курс формирует у студентов основы педагогических знаний, которые подготовят их к самостоятельной учебно-педагогической и психолого-педагогической работе, способствует пониманию некоторых педагогических явлений в области физкультурной и спортивной деятельности и помогает в развитии педагогических способностей.

Цели дисциплины – ознакомить студентов с теоретическими основами в области педагогики физической культуры: современными концепциями, принципами, понятиями и методами; раскрыть основные проблемы и методы педагогической работы с лицами, вовлеченными в деятельность в сфере физической культуры и спорта: учащимися, спортсменами, педагогами.

Задачи изучения дисциплины:

- формирование системы знаний: о развитии индивидуальных, личностных и субъектодеятельностных характеристик человека в их взаимосвязи; о профессионально-педагогической деятельности специалиста по физической культуре и спорту; о современных психолого-педагогических теориях и их использовании в разработке технологий обучения, воспитания, общения; о педагогической диагностике;

- формирование умений самопознания себя как личности, умений коллективной творческой мыследеятельности, умений анализировать причины достижений и неудач и намечать направления самосовершенствования;

- ознакомление с педагогической направленностью подготовки специалистов по физической культуре и спорту;

- ознакомление с инновационными технологиями обучения и ориентация на созидание в будущей профессиональной деятельности.

1.1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Данная дисциплина (модуль) входит в блок Б1 Дисциплины (модули), дисциплины обязательной части.

1.2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины (модуля)

Код и наименование компетенции	Планируемые результаты обучения: (знаниевые/функциональные)
ОПК-5 Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения	Знает основы методики воспитательной работы.
	Знает технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения. Технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов.
	Умеет использовать специальные подходы к обучению в целях формирования у занимающихся социально-значимых личностных качеств.
ОПК-6 Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни	Знает цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры
	Знает этические нормы в области спорта. Основы организации здорового образа жизни.
	Умеет рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни.
	Умеет использовать специальные технологии обучения в целях формировать мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни

ОПК-10. Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта	Знает педагогические технологии продуктивного, дифференцированного, развивающего обучения, реализации компетентного подхода
	Знает методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетних обучающихся, коллегами по работе
	Умеет планировать занятия по физическому воспитанию с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей обучающихся
	Умеет доступно и увлекательно объяснять все вопросы в области физической культуры и спорта в устном выступлении или в методических материалах
ПК-1 Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы начального, основного, среднего общего образования, дополнительного образования детей в области физической культуры и спорта	Знает приоритетные направления развития образовательной системы, физической культуры и спорта.
	Умеет изучать и систематизировать информацию в области физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы, обучения детей физической культуре.

2. Структура и объем дисциплины

Таблица 1

Очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Часов в семестре
Общая трудоемкость	зач. ед.	5	5
	час	180	180
Из них:			
Часы аудиторной работы (всего):		80	80
Лекции		30	30
Практические занятия		50	50
Лабораторные / практические занятия по подгруппам		0	0
Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося		100	100
Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен)			Экзамен

Таблица 1.1

Заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Часов в семестре
Общая трудоемкость	зач. ед.	5	5
	час	180	180
Из них:			
Часы аудиторной работы (всего):		10	10
Лекции		4	4
Практические занятия		6	6

Лабораторные / практические занятия по подгруппам	0	0
Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося	170	170
Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен)		Экзамен

3. Система оценивания

3.1. При проведении текущего контроля используются: собеседование, ситуационные задания.

Собеседование – средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу (модулю).

Ситуационное задание – задание, выполняемое студентами по результатам пройденной теории, включающие в себя применение данных теоретических знаний на практике.

Критерии оценки:

- соответствие выполненного задания поставленным задачам;
- соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания;
- уровень владения материалом задания при ответах на вопросы.

Варианты ситуационных заданий:

1. Анализ научных источников по теме, предложенной преподавателем.
2. Самодиагностика (по предложенным преподавателем методикам) и составление заключений.
3. Самостоятельный подбор диагностических методик для различных возрастных категорий.
4. Проведение анализа конспектов урока физической культуры с целью оценки соответствия содержания конспекта возрастным особенностям обучающихся.
5. Подбор игровых упражнений для развития учащихся разного возраста.
6. Разработка практических рекомендаций по развитию различных аспектов подготовки в процессе физического воспитания.
7. Составление плана занятия по физическому воспитанию с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей обучающихся

Студенты, успешно освоившие учебный материал дисциплины, и получившие по итогам текущего контроля (трёх собеседований) положительные оценки (3, 4, 5), получают зачёт (в 3 семестре) или оценку за экзамен, соответствующую итоговому среднему баллу (в четвёртом семестре). При условии, что у них отсутствуют пропуски занятий без уважительных причин.

Студенты, имеющие пропуски занятий без уважительных причин и не сдавшие хотя бы одно собеседование, сдают зачёт или экзамен в форме собеседования по контрольным вопросам учебной дисциплины.

4. Содержание дисциплины

4.1. Тематический план дисциплины

Таблица 2.

Очная форма обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.		
		Всего	Виды аудиторной работы (академические часы)	Иные виды контактной работы

			Лекции	Практические занятия	Лабораторные / практические занятия по подгруппам	
1	2	3	4	5	6	7
	4 семестр					
	Педагогика физической культуры					
1.	Проблемы и задачи педагогики физического воспитания и спорта	8	2	4	0	
2.	Контекстное обучение	8	2	2	0	
3.	Процесс развития личности, факторы развития, возрастные особенности развития	10	0	2	0	
4.	Основные категории педагогики физической культуры и спорта	10	0	2	0	
5.	Содержание образования.	8	2	2	0	
6.	Теоретические основы педагогики	8	0	4	0	
7.	Структура и содержание учебного процесса.	8	2	2	0	
8.	Принципы обучения.	8	2	2	0	
9.	Формы организации учебного процесса.	8	2	2	0	
10.	Диагностика процесса и результатов обучения	8	0	2	0	
11.	Теоретические основы воспитания	8	2	2	0	
12.	Воспитывающая среда и ее развитие	8	2	2	0	
13.	Система дополнительного физкультурного образования.	8	2	4	0	
14.	Понятие о педагогической деятельности и её этапы	8	0	2	0	
15.	Отличительные особенности деятельности учителя ФК и тренера	8	2	2	0	
16.	Условия деятельности учителя ФК и тренера	8	2	2	0	
17.	Интегральная характеристика личности педагога по ФК и С	8	2	2	0	
18.	Педагогическая направленность личности педагога по ФК и С	8	2	2	0	
19.	Адаптация к профессиональной деятельности педагога по ФК и С	8	0	2	0	

20	Профессионализм педагога по ФК и С	8	0	2	0	
21	Профессиональная деятельность и здоровье педагога	6	2	2	0	
22	Основы профессионального мастерства педагога.	6	2	2	0	
	консультация	2	0	0	0	2
	Экзамен	2	0	0	0	2
	Итого (часов)	180	30	50	0	

Таблица 2.1.

Заочная форма обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (академические часы)			Иные виды контактной работы
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные / практические занятия по подгруппам	
1	2	3	4	5	6	7
	4 семестр					
	Педагогика физической культуры					
1.	Проблемы и задачи педагогики физического воспитания и спорта	10	0,5	0,5	0	
2.	Контекстное обучение	10	0,5	0	0	
3.	Процесс развития личности, факторы развития, возрастные особенности развития	8	0,5	0	0	
4.	Основные категории педагогики физической культуры и спорта	8	0	0,5	0	
5.	Содержание образования. Структура учебного процесса.	8	0	0,5	0	
6.	Теоретические основы педагогики	8	0,5	0	0	
7.	Принципы обучения	8	0	0,5	0	
8.	Формы организации учебного процесса.	8	0	0,5	0	
9.	Диагностика процесса и результатов обучения.	8	0,5	0	0	
10	Теоретические основы дидактики	8	0,5	0	0	

11	Воспитывающая среда и ее развитие	8	0	0,5	0	
12	Система дополнительного физкультурного образования.	8	0,5	0	0	
13	Понятие о педагогической деятельности и её этапы	8	0	0,5	0	
14	Теоретические основы воспитания	8	0	0,5	0	
15	Отличительные особенности деятельности учителя ФК и тренера	8	0	0,5	0	
16	Условия деятельности учителя ФК и тренера	8	0	0	0	
17	Интегральная характеристика личности педагога по ФК и С	8	0	0,5	0	
18	Педагогическая направленность личности педагога по ФК и С	8	0	0	0	
19	Адаптация к профессиональной деятельности педагога по ФК и С	8	0	0,5	0	
20	Профессионализм педагога по ФК и С	8	0,5	0	0	
21	Профессиональная деятельность и здоровье педагога	6	0	0	0	
22	Основы профессионального мастерства педагога.	6	0	0,5	0	
	консультация	2	0	0	0	2
	Экзамен	2	0	0	0	2
	Итого (часов)	180	4	6	0	

4.2. Содержание дисциплины (модуля) по темам

1. "Проблемы и задачи педагогики физического воспитания и спорта "

Специфика целей и задач формирования личности в процессе занятий физической культурой и спортом. Физическая культура и спорт как многоплановое общественное явление, выполняющее социальные, экономические и политические функции, являющиеся частью общечеловеческой культуры. Возникновение педагогики физической культуры и спорта как объективная потребность современности. Педагогика спорта как самостоятельная отрасль педагогических знаний. Причины возникновения и уровень ее современного состояния. История развития педагогики спорта за рубежом и в России. Объект и предмет научного изучения педагогики спорта. Связь педагогики физической культуры и спорта с другими науками: теорией физической культуры, психологией, социологией, историей спорта, теорией спортивной тренировки, анатомией, физиологией, культурологией и др.

Вопросы для обсуждения:

1. Что такое педагогика физической культуры и спорта?
1. Основные функции педагогики физической культуры и спорта.
2. Основные задачи педагогики физической культуры и спорта.

2. "Контекстное обучение"

Просмотр фрагментов художественного фильма "Борцу не больно".

Обсуждение вопросов:

1. Роль тренера в судьбе спортсмена

2. Роль семьи в судьбе спортсмена
3. Воспитательные возможности спорта

3. "Процесс развития личности, факторы развития, возрастные особенности развития"

Понятия «развитие», «личность», черты личности; факторы развития личности; возрастные особенности развития; возрастная периодизация, особенности развития в разных возрастах

4. "Основные категории педагогики физической культуры и спорта "

Вопросы для обсуждения:

1. Выпишите основные категории педагогики физической культуры и спорта.
2. Составьте сравнительную таблицу основных категорий педагогики и педагогики физической культуры и спорта.
3. Педагогическая наука и педагогическая практика.

5. "Содержание образования. Структура учебного процесса."

История вопроса

Принципы и критерии отбора учебного материала

Учебный план, программы, учебники. Цель и задачи физкультурного образования. Средства и методы физкультурного образования. Результат физкультурного образования.

Посмотреть фрагмент урока физической культуры и определить компоненты структуры и содержания урока. Выявить цели урока, методы организации деятельности учащихся, средства и методы обучения, развития и диагностики.

6. "Теоретические основы педагогики "

Вопросы для обсуждения:

1. Что такое педагогика физической культуры и спорта?
2. Основные функции педагогики физической культуры и спорта.
3. Основные задачи педагогики физической культуры и спорта.

Вопросы для обсуждения:

4. Выпишите основные категории педагогики физической культуры и спорта.
5. Составьте сравнительную таблицу основных категорий педагогики и педагогики физической культуры и спорта.
6. Педагогическая наука и педагогическая практика.

7. "Принципы обучения."

Понятие о принципах обучения

Система принципов обучения

Интегративные характеристики системы принципов обучения.

- 1) развивающий и воспитывающий характер обучения;
- 2) фундаментальность и профессиональная направленность содержания, методов и форм обучения (для профессиональной, в т.ч. высшей школы);
- 3) научность содержания и методов учебного процесса, его сближение с современным научным знанием и общественной практикой;
- 4) культуросообразность, понимаемая как единство всех достижений культуры (не только наука, но и искусство, религия, традиции и т.д.), как соответствие обучения мировой и региональной культуре, как единство сознательного и подсознательного; природосообразность – как соответствие внутренней природе развивающегося человека и условиям среды;
- 5) систематичность в овладении достижениями науки и культуры, системный характер учебной деятельности, теоретических знаний и практических умений школьника и студента;
- 6) активность, самостоятельность и сознательность школьников и студентов в учебной работе, взаимосвязь и единство репродуктивной (воспроизводящей) и творческой деятельности, учебной и исследовательской работы, образования и самообразования;

7) единство конкретного и абстрактного (частично выраженное в требовании наглядности), рационального и эмоционального, репродуктивного и продуктивного как выражение комплексного подхода;

8) доступность, учет уровня подготовленности, возрастных и индивидуальных возможностей и особенностей обучающихся, соотношенный с мерой трудности изучаемого;

9) основательность и прочность усвоения ключевых элементов, логики, структуры научных дисциплин, практических навыков и умений;

10) создание положительного эмоционального климата, мотивационное обеспечение деятельности и системы отношений;

11) рациональное сочетание коллективных и индивидуальных форм и способов учебной работы, обеспечивающих развитие личности, ее индивидуальную самореализацию.

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие о принципах обучения
2. Система принципов обучения
3. Интегративные характеристики системы принципов обучения

8. "Формы организации учебного процесса."

Понятие о формах организации обучения и их историческом развитии

Урок как основная форма организации обучения в школе

Роль учителя в подготовке и проведении урока

Другие формы организации обучения в школе

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие о формах организации обучения и их историческом развитии
2. Урок как основная форма организации обучения в школе
3. Роль учителя в подготовке и проведении урока
4. Другие формы организации обучения в школе

Спроектировать одну из предложенных форм организации обучения.

Для проектирования предлагаются следующие формы организации обучения:

1. Индивидуальное обучение
2. Индивидуально-групповое обучение
3. Коллективное обучение

В результате данной работы студент должен представить фрагмент технологической карты урока с учетом указанной формы организации обучения.

9. "Диагностика процесса и результатов обучения."

Общие основы диагностики

Функции и виды контроля

Проблема школьной отметки

Обучаемость и успеваемость

Вопросы для обсуждения:

1. Общие основы диагностики
2. Функции и виды контроля
3. Проблема школьной отметки
4. Обучаемость и успеваемость.

Посмотреть фрагменты уроков физической культуры и выявить содержание и приемы диагностики результатов обучения.

Вопросы для обсуждения:

1. Движущие силы и логика воспитательного процесса.
2. Закономерности и принципы воспитания.
3. Цель и задачи воспитания; стратегия и тактика его организации.
4. Сопротивление воспитанию: сущность, проявления, способы преодоления
5. Социокультурная среда воспитания и современные реалии детства
6. Семья как фактор воспитания
7. Ученический коллектив: методика его создания и развития
8. Детское движение: современные детско-юношеские организации
9. Неформальные объединения детей и молодежи
10. Понятие системы дополнительного образования.
11. Типы и виды учреждений дополнительного образования.
12. Система управления учреждением дополнительного образования.

Социально-педагогические связи учреждения дополнительного образования

10. "Теоретические основы воспитания"

Движущие силы и логика воспитательного процесса. Закономерности и принципы воспитания. Цель и задачи воспитания; стратегия и тактика его организации. Сопротивление воспитанию: сущность, проявления, способы преодоления.

11. "Теоретические основы дидактики"

Вопросы для обсуждения:

1. История вопроса
2. Принципы и критерии отбора учебного материала
3. Учебный план, программы, учебники.
4. Цель и задачи физкультурного образования.
5. Средства и методы физкультурного образования.
6. Результат физкультурного образования.
7. Понятие о принципах обучения
8. Система принципов обучения
9. Интегративные характеристики системы принципов обучения
10. Понятие о формах организации обучения и их историческом развитии
11. Урок как основная форма организации обучения в школе
12. Роль учителя в подготовке и проведении урока
13. Другие формы организации обучения в школе
14. Общие основы диагностики
15. Функции и виды контроля
16. Проблема школьной отметки
17. Обучаемость и успеваемость

12. "Воспитывающая среда и ее развитие"

Социокультурная среда воспитания и современные реалии детства. Семья как фактор воспитания. Ученический коллектив: методика его создания и развития. Детское движение: современные детско-юношеские организации. Неформальные объединения детей и молодежи

1. Детское движение: современные детско-юношеские организации
2. Неформальные объединения детей и молодежи

Вопросы для обсуждения:

1. Социокультурная среда воспитания и современные реалии детства
2. Семья как фактор воспитания
3. Ученический коллектив: методика его создания и развития
4. Детское движение: современные детско-юношеские организации

5. Неформальные объединения детей и молодежи

13. "Система дополнительного физкультурного образования."

Понятие системы дополнительного образования. Типы и виды учреждений дополнительного образования. Система управления учреждением дополнительного образования. Социально-педагогические связи учреждения дополнительного образования.

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие системы дополнительного образования.
2. Типы и виды учреждений дополнительного образования.
3. Система управления учреждением дополнительного образования.
4. Социально-педагогические связи учреждения дополнительного образования.

Представить доклад на тему "Моя спортивная школа"

Презентация должна состоять из четырех разделов:

1. История создания спортивной школы
2. Система управления спортивной школой
3. Социально-педагогические связи спортивной школы
4. Наиболее выдающиеся достижения воспитанников спортивной школы.

14. "Понятие о педагогической деятельности и её этапы "

Понятие о деятельности. Этапы педагогической деятельности (подготовительный, исполнительный, оценочно-корректировочный). Психологическая структура педагогической деятельности. Структура обучающей деятельности педагога. Психологические исследования профессиональной деятельности и личности учителя.

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие о деятельности.
2. Психологическая структура педагогической деятельности.
3. Психологические исследования профессиональной деятельности и личности учителя.

15. "Отличительные особенности деятельности учителя ФК и тренера"

Цель физического воспитания школьников. Педагогические задачи и их решение. Функции учителя физической культуры (проектировочные, управленческо-организаторские, прогностически-ориентирующие, образовательно-просветительные, воспитательные, административно-хозяйственные). Критерии эффективности деятельности учителя ФК. Стили деятельности и руководства учителей ФК (характеристика, особенности руководства у учителей разного пола).

Вопросы для обсуждения:

1. Цель физического воспитания школьников.
2. Педагогические задачи и их решение.
3. Функции учителя физической культуры (проектировочные, управленческо-организаторские, прогностически-ориентирующие, образовательно-просветительные, воспитательные, административно-хозяйственные).
4. Критерии эффективности деятельности учителя ФК.
5. Стили деятельности и руководства учителей ФК (характеристика, особенности руководства у учителей разного пола).

16. "Условия деятельности учителя ФК и тренера"

Отличительные особенности условий деятельности учителя ФК от условий деятельности других учителей. Факторы психического напряжения учителя ФК (более 25 объектов наблюдения

одновременно, необходимость длительного сосредоточенного наблюдения, работа по сложной программе, шум от криков, сложность обстановки, наличие травмоопасного инвентаря и т.д.). Физическая нагрузка и внешнесредовые факторы деятельности учителя ФК.

Вопросы для обсуждения:

1. Отличительные особенности условий деятельности учителя ФК от условий деятельности других учителей.
2. Факторы психического напряжения учителя ФК
3. Физическая нагрузка и внешнесредовые факторы деятельности учителя ФК.

17. "Интегральная характеристика личности педагога по ФК и С "

Качества личности. Профессионально важные качества педагога по ФК и С. Знания (эрудиция) учителя физической культуры и тренера: теоретические, практические, методические. Умения учителя физической культуры и тренера: конструктивные, организаторские, коммуникативные, гностические, двигательные. Виды способностей. Педагогические способности и их диагностика. Педагогическое творчество.

Вопросы для обсуждения:

1. Качества личности.
2. Профессионально важные качества педагога по ФК и С.
3. Знания (эрудиция) учителя физической культуры и тренера: теоретические, практические, методические.
4. Умения учителя физической культуры и тренера: конструктивные, организаторские, коммуникативные, гностические, двигательные.
5. Виды способностей.
6. Педагогические способности и их диагностика.
7. Педагогическое творчество.

18. "Педагогическая направленность личности педагога по ФК и С "

Понятие педагогической направленности. Структура, психологическое содержание, условие и динамика развития педагогической направленности. Особенности мотивации учителя и успешность обучения. Влияние педагогической направленности учителя на разрешение нестандартных педагогических ситуаций. Педагогическая направленности педагога по ФК и С (любовь к детям, интерес к работе с детьми, интерес к физической культуре, интерес к физкультурно-педагогической деятельности).

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие педагогической направленности.
2. Структура, психологическое содержание, условие и динамика развития педагогической направленности.
3. Особенности мотивации учителя и успешность обучения.
4. Влияние педагогической направленности учителя на разрешение нестандартных педагогических ситуаций.
5. Педагогическая направленности педагога по ФК и С.

19. "Адаптация к профессиональной деятельности педагога по ФК и С"

Вопросы для обсуждения:

1. Феномен адаптации в психологии личности (А.А.Реан и др.).
2. Особенности адаптации к профессиональной деятельности учителя ФК.
3. Типичные затруднения учителя ФК.
4. Факторы, влияющие на удовлетворённость учителя ФК своей работой.
5. Акцентуации у учителей.

6. Профессиональные деформации педагогов.

20. "Профессионализм педагога по ФК и С"

Психологические факторы, условия и движущие силы профессионального развития педагога. Модели труда педагога. Модель профессионального развития педагога и модель адаптивного поведения (по Л.М.Митиной).

Авторитет педагога по ФК и С. Методы работы с педагогом, ориентированные на профессиональное развитие (методы тренинговой работы, научно-практический семинар, тренинг развития профессионального самосознания). Определение уровня профессионализма педагога (Г.И.Хозяинов) Способы повышения профессионального мастерства учителя ФК и тренера.

Профессиональное самосознание педагога: методика самооценки, развитие профессионального самосознания (по Е.М.Семёновой).

Вопросы для обсуждения:

1. Психологические факторы, условия и движущие силы профессионального развития педагога.
2. Модели труда педагога.
3. Модель профессионального развития педагога и модель адаптивного поведения (по Л.М.Митиной).
4. Авторитет педагога по ФК и С.
5. Методы работы с педагогом, ориентированные на профессиональное развитие (методы тренинговой работы, научно-практический семинар, тренинг развития профессионального самосознания).
6. Определение уровня профессионализма педагога (Г.И.Хозяинов)
7. Способы повышения профессионального мастерства учителя ФК и тренера.
8. Профессиональное самосознание педагога: методика самооценки, развитие профессионального самосознания (по Е.М.Семёновой).

21. "Профессиональная деятельность и здоровье педагога"

Вопросы для обсуждения:

1. Особенности труда педагога и его стрессогенность.
2. Напряжённые ситуации педагогической деятельности как основной источник стресса. Многоуровневость профессионального здоровья учителя (по Митиной).
3. Факторы, влияющие на здоровье педагога (по Малярчук).
4. Понятие психического выгорания.
5. Выгорание учителей и модели преодолевающего поведения (по Н.Е.Водопьяновой, Е.С.Старченковой).
6. Диагностика и особенности выгорания педагогов по ФК.

22. "Основы профессионального мастерства педагога."

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие о педагогической деятельности и её этапы
2. Отличительные особенности деятельности учителя ФК и тренера
3. Условия деятельности учителя ФК и тренера
4. Интегральная характеристика личности педагога по ФК и С
5. Педагогическая направленность личности педагога по ФК и С
6. Профессионализм педагога по ФК и С
7. Адаптация к профессиональной деятельности педагога по ФК и С
8. Профессиональная деятельность и здоровье педагога

Обзорная консультация по дисциплине

Консультация посвящена обсуждению и повторению вопросов к экзамену, представленных в данной программе. В начале дается краткое пояснение по каждому вопросу, затем обсуждаются вопросы, задаваемые студентами по содержанию учебного курса.

Экзамен

Студент может получить экзамен по дисциплине автоматически, если не имеет пропусков (или пропуски занятий отработаны), и имеет средний балл за дисциплину "3", "4", "5" (за все коллоквиумы). Если данные требования не соблюдены, студент может сдать экзамен устно.

5. Учебно-методическое обеспечение и планирование самостоятельной работы обучающихся

Таблица 3

№ Темы	Темы	Формы СРС, включая требования к подготовке к занятиям
	4 семестр	
	Педагогика физической культуры	
1.	Проблемы и задачи педагогики физического воспитания и спорта	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
2.	Контекстное обучение	Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками
3.	Процесс развития личности, факторы развития, возрастные особенности развития	Чтение обязательной и дополнительной литературы
4.	Основные категории педагогики физической культуры и спорта	Проработка лекций
5.	Содержание образования. Структура учебного процесса.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками
6.	Теоретические основы педагогики	Проработка лекций
7.	Принципы обучения	Проработка лекций
8.	Формы организации учебного процесса.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками
9.	Диагностика процесса и результатов обучения.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций

10.	Теоретические основы воспитания	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками
11.	Теоретические основы дидактики	Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками
12.	Воспитывающая среда и ее развитие	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
13.	Система дополнительного физкультурного образования.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
14.	Понятие о педагогической деятельности и её этапы	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
15.	Отличительные особенности деятельности учителя ФК и тренера	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
16.	Условия деятельности учителя ФК и тренера	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками
17.	Интегральная характеристика личности педагога по ФК и С	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
18.	Педагогическая направленность личности педагога по ФК и С	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
19.	Адаптация к профессиональной деятельности педагога по ФК и С	Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками
20.	Профессионализм педагога по ФК и С	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
21.	Профессиональная деятельность и здоровье педагога	Проработка лекций
22.	Основы профессионального мастерства педагога.	Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками
	Обзорная консультация по дисциплине	Самостоятельное изучение заданного материала
	Экзамен	Самостоятельное изучение заданного материала

Требования к подготовке к занятиям

Библиографический поиск. Предполагает поиск библиографической информации по теме, установление сведений об источниках, наличия источников в библиографической системе вуза

Поиск информационных источников. Предполагает поиск документов и изданий, в которых содержится информация по теме. Критерии оценки: полнота выбора источников поиска, точность поиска

Проработка лекций предполагает:

-изучить содержание лекции;

-изучить дополнительные литературные источники по теме лекции;

-расширить содержание вопросов лекции дополнительными фактами и примерами.

Критерии оценки: содержательность, соответствие теме, своевременность выполнения задания.

Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками

6. Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю)

6.1 Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

Промежуточная аттестация по дисциплине в 4 семестре – экзамена в форме собеседования.

Критерии выставления экзаменационной оценки

«Отлично» – обучающийся глубоко и прочно усвоил весь программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок.

«Хорошо» – обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий.

«Удовлетворительно» – обучающийся усвоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий.

«Неудовлетворительно» – обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания, задачи.

Темы контрольных работ:

1. Профессиональная компетентность спортивного педагога. Основные уровни и показатели.
2. Воспитательный потенциал спорта.
3. Основные подходы к пониманию сущности педагогического мастерства в современной педагогике спорта.
4. Физическая культура и спорт как средство всестороннего воздействия на личность.
5. Диагностика уровня воспитанности спортсменов и требования к планированию воспитательной работы с ними.
6. Физическая культура и спорт как средство педагогической коррекции отклоняющегося и девиантного поведения молодежи.
7. Педагогическое руководство самовоспитанием в спорте.
8. Взаимодействие учителя физической культуры и классного руководителя как условие успешной социальной адаптации школьников.

9 Гуманистическая направленность и воспитательные возможности спорта как средства реабилитации.

10. Физическая культура и спорт как альтернатива социально-негативным факторам, влияющим на молодое поколение.

11. Современные педагогические технологии обучения и воспитания в спорте

12. Цель и задачи воспитания юных спортсменов в новых социально-экономических условиях.

13. Особенности самовоспитания в спорте.

14. Направленность лидерства в спорте как педагогическая проблема.

15 Воспитательные возможности спортивных команд в различных видах спорта.

16. Специфика физкультурно-спортивной работы с детьми различного социального уровня.

17. Особенности и воспитательные возможности спортивного коллектива.

18. Педагоги-новаторы в спорте.

19. Педагоги физической культуры - новаторы.

20. Специфика воспитательной работы с высококвалифицированными спортсменами.

21. Принципы организации детского спортивного коллектива.

Контрольные вопросы к экзамену:

1. Понятие о педагогической деятельности и её этапы.

2. Структура педагогической деятельности.

3. Отличительные особенности деятельности педагога по ФК и С.

4. Условия деятельности педагога по ФК и С.

5. Интегральная характеристика личности педагога по ФК и С.

6. Педагогическая направленность личности учителя ФК и тренера.

7. Педагогические способности педагога по ФК и С.

8. Понятие профессионализма педагога по ФК и С.

9. Адаптация к профессиональной деятельности учителя ФК и тренера.

10. Профессиональная деятельность и здоровье педагога.

11. Проблемы и задачи педагогики физического воспитания и спорта

12. Процесс развития личности, факторы развития, возрастные особенности развития

13. Содержание образования. Структура учебного процесса.

14. Принципы обучения.

15. Формы организации учебного процесса.

16. Диагностика процесса и результатов обучения.

17. Теоретические основы воспитания

18. Воспитывающая среда и ее развитие

19. Система дополнительного физкультурного образования.

6.2 Критерии оценивания компетенций:

Таблица 4

Карта критериев оценивания компетенций

№ п/п	Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения	Оценочные материалы	Критерии оценивания

1	<p>ОПК-5 – способен воспитывать учащихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения;</p>	<p>Знает основы методики воспитательной работы. Знает технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения. Технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов.</p>	<p>Контрольные вопросы по темам</p>	<p>Полнота изложения материала. Последовательность изложения. Владение речью и терминологией. Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. Умение делать обобщение, выводы, сравнение. Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов. Лаконичность изложения.</p>
		<p>Умеет использовать специальные подходы к обучению в целях формирования у учащихся социально-значимых личностных качеств.</p>	<p>Ситуационные задания</p>	<p>– соответствие выполненного задания поставленным задачам; – соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания; уровень владения материалом задания при ответах на вопросы</p>
2	<p>ОПК-6 – способен формировать осознанное отношение учащихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни;</p>	<p>Знает цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры. Знает этические нормы в области спорта. Основы организации здорового образа жизни.</p>	<p>Контрольные вопросы по темам</p>	<p>Полнота изложения материала. Последовательность изложения. Владение речью и терминологией. Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. Умение делать обобщение, выводы, сравнение.</p>

				Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов. Лаконичность изложения.
		Умеет рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни. Умеет использовать специальные технологии обучения в целях формировать мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни	Ситуационные задания	– соответствие выполненного задания поставленным задачам; – соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания; уровень владения материалом задания при ответах на вопросы
3	ОПК-10 – способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта;	Знает педагогические технологии продуктивного, дифференцированного, развивающего обучения, реализации компетентного подхода. Знает методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетних обучающихся, коллегами по работе	Контрольные вопросы по темам	Полнота изложения материала. Последовательность изложения. Владение речью и терминологией. Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. Умение делать обобщение, выводы, сравнение. Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов. Лаконичность изложения.
		Умеет планировать занятия по физическому воспитанию с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей обучающихся. Умеет доступно и увлекательно объяснять все вопросы в области физической культуры и	Ситуационные задания	– соответствие выполненного задания поставленным задачам; – соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания;

		спорта в устном выступлении или в методических материалах.		уровень владения материалом задания при ответах на вопросы
4	ПК-1 - Разработка и реализация образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, среднего профессионального образования, высшего образования, дополнительного профессионального образования, дополнительного образования детей и взрослых в области физической культуры и спорта	Знает приоритетные направления развития образовательной системы, физической культуры и спорта.	Контрольные вопросы по темам	Полнота изложения материала. Последовательность изложения. Владение речью и терминологией. Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. Умение делать обобщение, выводы, сравнение. Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов. Лаконичность изложения.
		Умеет изучать и систематизировать информацию в области физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы, обучения детей физической культуре.	Ситуационные задания	– соответствие выполненного задания поставленным задачам; – соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания; уровень владения материалом задания при ответах на вопросы

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

7.1 Основная литература:

1. Педагогика физической культуры и спорта : учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2019. — 125 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/95413.html> (дата обращения: 25.05.2020). — Режим доступа: по подписке.

7.2 Дополнительная литература:

1. Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта : курс лекций / Г. А. Ямалетдинова ; под редакцией И. В. Еркомайшвили. — Екатеринбург : Уральский федеральный университет, ЭБС АСВ, 2014. — 245 с. — ISBN 978-5-7996-1183-5. — Текст : электронный. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/65962.html> (дата обращения: 25.05.2020). — Режим доступа: по подписке.
2. Костихина, Н. М. Педагогика физической культуры и спорта : учебник / Н. М. Костихина, О. Ю. Гаврикова. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2013. — 296 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/65001.html> (дата обращения: 25.05.2020). — Режим доступа: по подписке.

7.3 Интернет-ресурсы:

1. Научный портал "ТЕОРИЯ.РУ". - <http://teoriya.ru/>
2. Научная электронная библиотека. - <http://elibrary.ru>
3. Спортивный психолог <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>

7.4 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Clarivate Analytics – Web of Science Core Collection. Поставщик контента: ФГБУ «Государственная публичная научно-техническая библиотека России». https://apps.webofknowledge.com/WOS_GeneralSearch_input.do?product=WOS&search_mode=GeneralSearch&SID=C2ivzMxspGLnBiQvQWN&preferencesSaved=
2. Межвузовская электронная библиотека (МЭБ) <https://icdlib.nspu.ru/>
3. Национальная электронная библиотека <https://rusneb.ru/>
4. Научная электронная библиотека <https://www.elibrary.ru/>

8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю) (при необходимости):

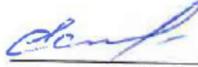
- Лицензионное ПО, в том числе отечественного производства: платформа для электронного обучения Microsoft Teams, Microsoft Office 365, Пакет Adobe Creative Cloud: Photoshop, Illustrator, InDesign, Premiere, After Effects, Acrobat Pro и пр.
- Свободно распространяемое ПО, в том числе отечественного производства: не используется

9. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Для проведения лекционных и семинарских занятий необходима аудитория, укомплектованная учебной мебелью (парты, стулья); оснащённая, техническими средствами обучения (компьютер, мультимедийное оборудование) и доской (грифельная или мультимедийная).

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Институт физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

 /Е.А. Симонова/
01 июня 2020

Психология физической культуры
Рабочая программа
для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура,
профиль: «Физическая культура и спорт»
формы обучения: очная и заочная

Стародубцева И. В. Психология физической культуры. Рабочая программа для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль: «Физическая культура и спорт», формы обучения: очная и заочная. Тюмень, 2020.

Рабочая программа дисциплины (модуля) опубликована на сайте ТюмГУ: Психология физической культуры [электронный ресурс] / Режим доступа: <https://www.utmn.ru/sveden/education/#>.

1. Пояснительная записка

Данный курс формирует у студентов основы психологических знаний, которые подготовят их к самостоятельной учебно-педагогической и психолого-педагогической работе, способствует пониманию психических феноменов в области педагогической и спортивной деятельности и помогает в развитии психологических способностей.

Дисциплина читается в 3 - 4 семестрах. Трудоемкость дисциплины: 8 ЗЕТ, 288 ак.ч. Форма промежуточной аттестации: зачёт, экзамен.

Цели дисциплины – ознакомить студентов с теоретическими основами в области психологии физической культуры: современными концепциями, принципами, понятиями и методами; раскрыть основные проблемы и методы психологической работы с лицами, вовлеченными в деятельность в сфере физического воспитания и спорта: учащимися, спортсменами, педагогами.

Задачи:

- ознакомить студентов с основами психологических знаний по психологии физической культуры;
- способствовать выработке у студентов умений и навыков применять полученные знания в практике физического воспитания и спорта;
- ознакомить с основами психологического сопровождения процесса физического воспитания и спорта, диагностики его хода и результатов.

1.1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Данная дисциплина входит в блок Б1 Дисциплины (модули), дисциплины обязательной части.

Для изучения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные студентами при изучении таких дисциплин как: Анатомо-физиологические основы двигательной деятельности.

В свою очередь она служит базой при изучении: педагогики физической культуры, теории и методики физической культуры. Знания, полученные при изучении дисциплины «Психология физической культуры», используются в научно-исследовательской работе и педагогической практике студентов.

1.2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины (модуля)

Код и наименование компетенции	Планируемые результаты обучения: (знаниевые/функциональные)
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	Знает психологическую характеристику деятельности в физическом воспитании и спорте
	Знает основные факторы и закономерности развития психики в онтогенезе
	Знает периодизацию психического развития личности
	Знает психологические особенности занимающихся дошкольного, школьного возраста, взрослых и пожилых разного пола
ОПК-2 - Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	Умеет подбирать средства и методы физической культуры для занимающихся разного пола и возраста
	Знает основные понятия и содержание психологического отбора и спортивной ориентации
	Знает сущность психологической классификации видов спорта

	Умеет подбирать и применять базовые методики психодиагностики занимающихся, в том числе в рамках спортивной ориентации и отбора
ОПК-6 - Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни	Знает значение двигательной деятельности для формирования и развития психики человека
	Умеет проводить диагностику мотивов и ценностных ориентаций занимающихся физической культурой и спортом
	Умеет подбирать приёмы управления мотивами занимающихся физической культурой и спортом
ОПК-9 - Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	Знает основы психодиагностики занимающихся физической культурой и спортом
	Умеет подбирать и применять методики оценки психического состояния занимающихся
ПК-3 - Способен планировать и выполнять прикладные работы теоретического и экспериментального характера в физической культуре и спорте	Знает специфику научных исследований и практических задач, решаемых в рамках психологии физического воспитания и спорта
	Умеет проводить психодиагностику занимающихся для решения практических задач физического воспитания и спорта

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

Очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Часов в семестре	Часов в семестре
			3	4
Общая трудоемкость	зач. ед.	8	4	4
	час	288	144	144
Из них:				
Часы аудиторной работы (всего):		128	64	64
Лекции		32	16	16
Практические занятия		96	48	48
Лабораторные / практические занятия по подгруппам		0	0	0
Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося		160	80	80
Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен)			Зачет	Экзамен

Заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Часов в семестре	
			3	4
Общая трудоемкость	зач. ед.	8	4	4
	час	288	144	144
Из них:				
Часы аудиторной работы (всего):		32	16	16
Лекции		16	8	8
Практические занятия		16	8	8
Лабораторные / практические занятия по подгруппам		0	0	0
Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося		256	128	128
Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен)			Зачет	Экзамен

3. Система оценивания

3.1. При проведении текущего контроля используются: собеседование, тестирование, ситуационные задания.

Собеседование – средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу (модулю).

Ситуационное задание – задание, выполняемое студентами по результатам пройденной теории, включающие в себя применение данных теоретических знаний на практике.

Критерии оценки:

- соответствие выполненного задания поставленным задачам;
- соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания;
- уровень владения материалом задания при ответах на вопросы.

Варианты ситуационных заданий:

1. Анализ научных источников по теме, предложенной преподавателем.
2. Самодиагностика (по предложенным преподавателем методикам) и составление заключений.
3. Проведение сравнительного исследования различных показателей психики у представителей женского и мужского пола.
4. Самостоятельный подбор психодиагностических методик для различных возрастных категорий.
5. Самодиагностика развития различных показателей психики (по методикам, подобранным самостоятельно).
6. Проведение анализа конспектов урока физической культуры с целью оценки соответствия содержания конспекта возрастным особенностям обучающихся.
7. Подбор игровых упражнений для развития психических процессов учащихся разного возраста.
8. Разработка практических рекомендаций по проведению психологического отбора в избранном виде спорта.
9. Разработка практических рекомендаций по развитию различных компонентов психики в избранном виде спорта.

Тестирование – процедура измерения уровня знаний и обучающегося с помощью совокупности стандартизированных заданий.

Система оценивания результатов тестирования:

- 86-100 % правильных ответов от общего числа тестовых заданий - (высокий уровень) — «отлично»;
- 76-85 % правильных ответов - (продвинутый уровень) — «хорошо»;
- 61-75 % правильных ответов - (пороговый уровень) — «удовлетворительно»;
- ниже 50 % правильных ответов (низкий уровень) — «неудовлетворительно».

Студенты, успешно освоившие учебный материал дисциплины, и получившие по итогам текущего контроля (трёх собеседований) положительные оценки (3, 4, 5), получают зачёт (в 3 семестре) или оценку за экзамен, соответствующую итоговому среднему баллу (в четвёртом семестре). При условии, что у них отсутствуют пропуски занятий без уважительных причин.

Студенты, имеющие пропуски занятий без уважительных причин и не прошедшие все три собеседования, сдают зачёт или экзамен в форме собеседования по контрольным вопросам учебной дисциплины.

4. Содержание дисциплины

4.1. Тематический план дисциплины

Таблица 2

Очная форма обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (в час.)			Иные виды контактной работы
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные / практические занятия	
1	2	3	4	5	6	7
1	Психология как наука о психике	5	2	0	0	0
2	Естественнонаучные основы психологии физической культуры	5	0	2	0	0
3	Психические явления	5	0	2	0	0
4	Психические явления и их диагностика	5	0	2	0	0
5	Личность и деятельность	5	2	0	0	0
6	Свойства и структура личности	5	0	2	0	0
7	Эмоционально-волевая сфера личности	5	0	2	0	0
8	Диагностика эмоционально-волевой сферы личности	5	0	2	0	0
9	Познавательная сфера личности	5	2	0	0	0
10	Познавательная сфера личности	5	0	2	0	0

11	Познавательная сфера личности	4	0	2	0	0
12	Контроль по модулю: Ведение в психологию ФК. Базовые понятия психологии ФК	4	0	2	0	0
13	Развитие личности: факторы и закономерности	4	2	0	0	0
14	Возрастная периодизация психического развития	4	0	2	0	0
15	Нарушения психического развития	4	0	2	0	0
16	Диагностика психического развития	4	0	2	0	0
17	Роль психомоторики в развитии психики человека	3	2	0	0	0
18	Формирование двигательных действий	3	0	2	0	0
19	Психологические основы физических способностей и качеств	3	0	2	0	0
20	Контроль по модулю: Возрастная психология. Вводные понятия	3	0	2	0	0
21	Развитие ребёнка от рождения до 7 лет	8	2	0	0	0
22	Младенчество и раннее детство	5	0	2	0	0
23	Дошкольный возраст	5	0	2	0	0
24	Психодиагностика развития ребёнка до 7 лет	5	0	2	0	0
25	Особенности психического развития школьников	5	2	0	0	0
26	Младший школьный возраст	3	0	2	0	0
27	Подростковый период	4	0	2	0	0
28	Старший школьный возраст	4	0	2	0	0
29	Взрослость и поздний (пожилой и старческий) возраст	4	2	0	0	0
30	Взрослость	4	0	2	0	0
31	Пожилой и старческий возраст	4	0	2	0	0
32	Контроль по модулю: Основы психологии ФК	5	0	2	0	0
33	<i>Зачёт</i>	2				2
	<i>Часов в 3 семестре</i>	<i>144</i>	<i>16</i>	<i>48</i>	<i>0</i>	
1	Психология ФК как учебный предмет и научная дисциплина	5	2	0	0	0
2	Понятийный аппарат психологии ФК	5	0	2	0	0
3	Методы психологии ФК	5	0	2	0	0
4	Современные направления исследований в области психологии ФВ и психологии спорта	5	0	2	0	0
5	Личность в физическом воспитании и спорте	5	2	0	0	0

6	Индивидуально-типологические свойства личности и их учёт в физическом воспитании и спорте	5	0	2	0	0
7	Потребности и мотивы занятий ФК и С	5	0	2	0	0
8	Волевая сфера личности занимающихся ФК и С	5	0	2	0	0
9	Познавательная сфера личности и её формирование в процессе занятий ФК и С	5	2	0	0	0
10	Познавательная сфера личности	5	0	2	0	0
11	Познавательная сфера личности	4	0	2	0	0
12	Контроль по модулю: Базовые понятия психологии ФВ и психологии спорта	4	0	2	0	0
13	Психологическая характеристика спортивно-педагогической деятельности	4	2	0	0	0
14	Психологическая характеристика видов спорта	4	0	2	0	0
15	Психологические особенности отбора в спорте	4	0	2	0	0
16	Состояния в спортивной деятельности	4	0	2	0	0
17	Психологические особенности тренировочной деятельности	3	2	0	0	0
18	Психологические особенности видов подготовки спортсмена	3	0	2	0	0
19	Психологическая подготовка спортсмена	3	0	2	0	0
20	Психологическое сопровождение тренировочной деятельности	3	0	2	0	0
21	Психологические особенности спортивного соревнования	8	2	0	0	0
22	Диагностика предстартовых состояний	5	0	2	0	0
23	Регуляция предстартовых состояний	5	0	2	0	0
24	Контроль по модулю: Психологические особенности спортивной деятельности	5	0	2	0	0
25	Психологические особенности спортивных групп	3	2	0	0	0
26	Групповые свойства и качества	5	0	2	0	0
27	Лидерство в спортивной группе	4	0	2	0	0
28	Тренинг групповой сплочённости	4	0	2	0	0
29	Психология конфликта	4	2	0	0	0
30	Типы конфликтных личностей	4	0	2	0	0
31	Управление конфликтами	4	0	2	0	0

32	Контроль по модулю: Социально-психологические особенности физического воспитания и спорта	3	0	2	0	0
33	Консультация	2	0	0	0	2
34	Экзамен	2	0	0	0	2
	Часов в 4 семестре	144	16	48	0	
	Итого (часов)	288	32	96	0	

Таблица 2.1.

Заочная форма обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (в час.)			Иные виды контактной работы
Лекции	Практические занятия		Лабораторные / практические занятия по подгруппам			
1	2	3	4	5	6	7
1	Психология как наука о психике	18	2	0	0	0
2	Психические явления	18	0	2	0	0
3	Личность и деятельность	18	2	0	0	0
4	Свойства и структура личности	18	0	2	0	0
5	Развитие личности: факторы и закономерности	18	2	0	0	0
6	Возрастная периодизация психического развития	18	0	2	0	0
7	Роль психомоторики в развитии психики человека	18	2	0	0	0
8	Формирование двигательных действий	16	0	2	0	0
9	Зачёт	2				2
	Часов в 3 семестре	144	8	8	0	
1	Психология ФК как учебный предмет и научная дисциплина	18	2	0	0	0
2	Современные направления исследований в области психологии ФВ и психологии спорта	18	0	2	0	0
3	Личность в физическом воспитании и спорте	18	2	0	0	0
4	Психологическая характеристика спортивно-педагогической деятельности	18	2	0	0	0
5	Психологические особенности видов подготовки спортсмена	18	0	2	0	0

6	Психологическое сопровождение тренировочной деятельности	18	0	2	0	0
7	Психологические особенности спортивных групп	16	2	0	0	0
8	Управление конфликтами	16	0	2	0	0
9	Консультация	2	0	0	0	2
10	Экзамен	2	0	0	0	2
	Часов в 4 семестре	144	8	8	0	
	Итого (часов)	288	16	16	0	

4.2. Содержание дисциплины (модуля) по темам 3 семестр

1. "Психология как наука о психике"

Психология: предмет, объект и методы. Место психологии в составе наук. Связь психологии с другими науками. История развития психологического знания и основные направления в психологии.

Развитие психики в процессе эволюции животного мира. Психика и эволюция нервной системы.

Переход от психики животных к сознанию человека. Человек как общественное существо. Проблема исторического развития психики человека. Происхождение и развитие сознания.

2. "Естественнонаучные основы психологии физической культуры"^{1*}

Вопросы к обсуждению:

1. Психика и организм. Мозг и психика.
2. Структура психики и ее основные функции.
3. Развитие психики в процессе онтогенеза и филогенеза.
4. Сознание и бессознательное.

3. "Психические явления"

Вопросы к обсуждению:

1. Психические процессы
2. Психические свойства.
3. Психические состояния.

4. "Психические явления и их диагностика"*

Вопросы к обсуждению:

1. Психические процессы: виды и диагностика
2. Психические свойства: виды и диагностика.
3. Психические состояния: виды и диагностика.

5. "Личность и деятельность"

Деятельность как специфический тип активности человека. Основные виды деятельности (игра, учение, труд, спорт), их обусловленность историческим развитием общества. Краткая психологическая характеристика и структура деятельности. Принцип единства сознания и деятельности. Деятельность и личность.

Личность как предмет психологического исследования и субъект деятельности. Человек, индивид, личность, индивидуальность. Психологическая структура личности (личностные черты, поведенческие, структурные, динамические). Направленность личности, мировоззрение, моральные качества. Самоосознание и самооценка. Образ «Я» и концепция «Я».

6. "Свойства и структура личности"

Вопросы к обсуждению:

¹ * - темы, изучаемые студентами заочной формы обучения самостоятельно

1. Понятие о свойствах личности.
2. Типы темперамента.
3. Классификация свойств характера.
4. Понятие о задатках и способностях.
7. **"Эмоционально-волевая сфера личности личности"***
Вопросы к обсуждению:
 1. Понятие о психических состояниях.
 2. Эмоциональные состояния и их виды.
 3. Психические состояния и волевые проявления.
8. **"Диагностика эмоционально-волевой сферы личности"***
Вопросы к обсуждению:
 1. Эмоциональные состояния и их диагностика. Знакомство с методиками диагностики эмоциональных состояний (настроение, стресс, самочувствие).
 2. Волевые процессы и их диагностика. Самооценка волевых процессов.
9. **"Познавательная сфера личности"***
Понятие о познавательной сфере личности. Основные познавательные процессы: ощущения, восприятие, память, внимание, мышление, воображение, речь: определение, виды, значение.
10. **"Познавательная сфера личности"***
Диагностика индивидуальных особенностей развития познавательных процессов^
 - диагностика типа восприятия;
 - диагностика объема зрительной и слуховой памяти.
11. **"Познавательная сфера личности"***
Диагностика индивидуальных особенностей развития познавательных процессов:
 - диагностика мышления;
 - диагностика воображения.
12. **"Контроль по модулю: Ведение в психологию ФК. Базовые понятия психологии ФК"***
Собеседование по вопросам первого модуля.
13. **"Развитие личности: факторы и закономерности"**
Человек как продукт исторического развития. Понятие психического развития. Взаимодействие биологического и социального факторов психического развития. Генотипические особенности, приращенное свойство организма и процессы созревания как предпосылки психического развития.
Социальные условия и возраст. Физическая и психическая активность.
Закономерности развития. Психическое развитие и обучение.
14. **"Возрастная периодизация психического развития"**
Вопросы к обсуждению:
 1. Основные подходы, объясняющие развитие личности:
 - биогенетический,
 - социогенетический подход,
 - персоногенетический, когнитивный.
 2. Современные теории возрастного развития личности.
15. **"Нарушения психического развития"***
Вопросы к обсуждению:
 1. Факторы риска ранних психических отклонений.
 2. Основные нарушения психического развития у детей:
 - аутизм;
 - ЗПР,
 - СДВ,
 - агрессия.

16. "Диагностика психического развития"*

Вопросы к обсуждению:

- Критерии и показатели развития.
- Проективные методики психодиагностики.
- Стандартизированные методики психодиагностики.
- Нестандартизированные методики психодиагностики.

17. "Роль психомоторики в развитии психики человека"

Понятие психомоторики. Психомоторика и двигательная активность. Взаимосвязь психики и двигательной сферы. Роль движений и двигательной активности в развитии и регуляции психики. Развитие психомоторной сферы. Формирование потребности в систематических самостоятельных занятиях ФК.

18. "Формирование двигательных действий"

Вопросы к обсуждению:

- Понятие двигательного действия
- Стадии формирования двигательного действия
- Факторы, определяющие успешность освоения действия

19. "Психологические основы физических способностей и качеств"*

Вопросы к обсуждению:

- Определение физических способностей и качеств.
- Основные закономерности возрастного развития физических способностей и качеств.
- Диагностика и психологические аспекты развития физических способностей и качеств.

20. "Контроль по модулю: Возрастная психология. Вводные понятия "

Собеседование по вопросам второго модуля

21. "Развитие ребёнка от рождения до 7 лет"*

Основные этапы развития ребёнка от рождения до 7 лет. Общая характеристика младенчества, раннего детства, дошкольного периода. Основные достижения развития.

22. "Младенчество и раннее детство"*

Вопросы к обсуждению:

- Психологические особенности периода младенчества и раннего детства, их учёт в процессе занятий физическим воспитанием.
- Психодиагностика развития ребёнка от рождения до 3 лет

23. "Дошкольный возраст"*

Вопросы к обсуждению:

- Психологические особенности дошкольника (психомоторные, познавательные, волевые, мотивационные, личностные).
- Учёт психологических особенностей дошкольника в процессе занятий ФК .

24. "Психодиагностика развития ребёнка до 7 лет"*

Вопросы к обсуждению:

- Психодиагностика развития ребёнка от 3 до 7 лет.
- Методики диагностики познавательной сферы.
- Методики диагностики личностного развития.

25. "Особенности психического развития школьников"*

Периодизация психического развития в школьном возрасте. Социальная ситуация психического развития. Ведущая деятельность в школьном возрасте. Особенности познавательной, эмоциональной, волевой, мотивационно-потребностной, личностной сфер школьника.

26. "Младший школьный возраст"*

Вопросы к обсуждению:

- Психологические особенности младшего школьника (познавательные, мотивационные, волевые, личностные)
- Учёт психологических особенностей младшего школьника в процессе занятий ФК и С.

27. "Подростковый период"*

Вопросы к обсуждению:

- Психологические особенности подростка (пубертатный кризис, познавательные, мотивационные, волевые, личностные особенности)
- Учёт психологических особенностей подростка в процессе занятий ФК и С.

28. "Старший школьный возраст"*

Вопросы к обсуждению:

- Психологические особенности старшего школьника (познавательные, эмоциональные, мотивационные, волевые, личностные)
- Учёт психологических особенностей старшего школьника в процессе занятий ФК и С.

29. "Взрослость и поздний (пожилой и старческий) возраст "**

Периодизация взрослости и позднего возраста. Кризисы развития. Возрастные закономерности и психологические особенности взрослости и позднего возраста. Социальная ситуация. Профессиональная и общественная деятельность, социальная активность. Проблемы самореализации личности. Семья и дети.

30. "Взрослость "**

Вопросы к обсуждению:

- Психологические особенности взрослых (эмоциональные, познавательные, мотивационные, волевые, личностные).
- Учёт психологических особенностей взрослых в процессе занятий ФК и С.

31. "Пожилой и старческий возраст"*

Вопросы к обсуждению:

- Психологические особенности пожилого и старческого возраста (эмоциональные, познавательные, мотивационные, волевые, личностные)
- Учёт психологических особенностей пожилого и старческого возраста в процессе занятий ФК и С.

32. "Контроль по модулю: Основы психологии ФК"*

Собеседование по вопросам третьего модуля

4 семестр

1. "Психология ФК как учебный предмет и научная дисциплина"

Возникновение и развитие психологии ФК. Факторы становления и развития отечественной психологии ФК. Основоположники психологии ФК в России. Понятие о предмете психологии физического воспитания и психологии спорта. Психологическая характеристика деятельности в физическом воспитании и ее отличие от спортивной деятельности. Связь психологии физического воспитания и психологии спорта с общей психологией и другими отраслями психологии. Задачи психологической науки в области физического воспитания и спорта.

2. "Понятийный аппарат психологии ФК "**

Вопросы к обсуждению:

- Краткая характеристика и толкование терминов.
- Психика человека, Сознание и бессознательное, деятельность, личность.
- Психология физического воспитания.
- Психология спорта.

3. "Методы психологии ФК"*

Вопросы к обсуждению:

- Основные методы получения информации в психологии ФК.
- Организационные методы, определяющие стратегию исследования: сравнительный, лонгитюдный, комплексный.
- Эмпирические методы: объективное наблюдение, самонаблюдение, эксперимент (лабораторный, естественный, формирующий), тесты, опросные методы (беседа, анкетирование, рейтинг).
- Методы количественно-качественного анализа психологической информации.

4. "Современные направления исследований в области психологии ФВ и психологии спорта"

Вопросы к обсуждению:

- Актуальные проблемы развития психологии ФВ и психологии спорта в стране.
- Основные направления исследований.
- Представленность научных разработок в области психологии ФВ и психологии спорта в информационном пространстве.
- Тематика курсовых и дипломных работ.

5. "Личность в физическом воспитании и спорте"

Понятие личности и ее профессиональных психологических качеств. Личность как субъект и объект общественных отношений в спорте и физическом воспитании. Модель личности спортсмена (по Л.К. Серовой). Влияние общественного внимания на развитие личности спортсмена (по Е.П. Ильину). Личность спортсмена как субъекта спортивной деятельности. Формирование личности спортсмена (по Е.Н. Гогонову).

6. "Индивидуально-типологические свойства личности и их учёт в физическом воспитании и спорте"*

Вопросы к обсуждению:

- Классификация свойств личности.
- Типы темперамента. Учёт типа темперамента в физкультурно-спортивной деятельности.
- Классификация свойств характера. Понятие спортивного характера. Формирование характера в физкультурно-спортивной деятельности.
- Понятие о способностях и задатках. Способности и успешность деятельности. Спортивные способности: диагностика и развитие.
- Гендерные особенности и их учёт в процессе физического воспитания.

7. "Потребности и мотивы занятий ФК и С"*

Вопросы к обсуждению:

- Потребности: природа и место в психической организации человека.
- Мотивы: природа и место в структуре личности.
- Проблема формирования у учащихся потребности в систематических самостоятельных занятиях ФК.
- Мотивы занятий спортом и их динамика.

8. "Волевая сфера личности занимающихся ФК и С"*

Вопросы к обсуждению:

- Воля и ее компоненты.
- Волевые процессы и их диагностика.
- Развитие волевых качеств на занятиях ФК и С

9. "Познавательная сфера личности и её формирование в процессе занятий ФК и С"*

Основные познавательные процессы (ощущения, восприятие, память, внимание, мышление, воображение). Особенности проявления познавательных процессов на занятиях ФК и С.

10. "Познавательная сфера личности"*

Вопросы к обсуждению:

- Диагностика познавательных процессов занимающихся ФК и С
- Развитие познавательных процессов занимающихся ФК и С:
- подвижные игры для развития познавательных процессов,
- упражнения для развития познавательных процессов.

11. "Познавательная сфера личности"*

Вопросы к обсуждению:

- Специализированные восприятия в спорте.
- Диагностика специализированного восприятия у спортсменов.
- Развитие специализированного восприятия.

12. "Контроль по модулю: Базовые понятия психологии ФВ и психологии спорта"*

Собеседование по первому модулю

13. "Психологическая характеристика спортивно-педагогической деятельности"*

Психология деятельности спортсмена: особенности и этапы, характеристика предстартового этапа, этапа исполнения деятельности, аналитического и оценочного этапов (по Е.П. Ильину). Психология деятельности тренера: структура с.-педагогической деятельности, особенности деятельности, творчество в деятельности тренера (по Г.Д. Бабушкину), функции тренера, компетенция тренера, психологические характеристики успешных и неуспешных тренеров, специфика руководства женским спортивным коллективом (по Е.П. Ильину).

14. "Психологическая характеристика видов спорта"

Вопросы к обсуждению:

- Проблема психологической характеристики вида спорта.
- Мотивационная специфика вида спорта.
- Целевая специфика видов спорта. Психологически значимые условия спорта (по А.Л. Попову).
- Систематика видов спорта по Джамгарову

15. "Психологические особенности отбора в спорте"*

Вопросы к обсуждению:

- Цель спортивного отбора.
- Этапы отбора.
- Психоспортограмма: понятие, компоненты.

16. "Состояния в спортивной деятельности"*

Вопросы к обсуждению:

- Возникновение эмоциональной напряженности в процессе деятельности.
- Состояние страха. Мертвая точка и второе дыхание. Состояние утомления.
- Состояния, вызываемые монотонной тренировочной деятельностью.
- Состояния, связанные с оценкой результатов спортивной деятельности (по Е.П. Ильину).

17. "Психологические особенности тренировочной деятельности "

- Понятие спортивной тренировки.
- Дидактические принципы, регламентирующие тренировочную деятельность
- Психологические условия результативности тренировочного процесса.
- Виды подготовки спортсмена.

18. "Психологические особенности видов подготовки спортсмена"*

Вопросы к обсуждению:

- Техническая подготовка спортсмена (понятие, структура).
- Тактическая подготовка (понятие, структура).
- Физическая подготовка (понятие, структура).

19. "Психологическая подготовка спортсмена"*

Вопросы к обсуждению:

- Понятие психологической подготовки.
 - Виды психологической подготовки:
 - общая психологическая подготовка,
 - специальная психологическая подготовка
20. **"Психологическое сопровождение тренировочной деятельности"**
 Вопросы к обсуждению:
 - Средства психологической подготовки спортсмена (вербальные, невербальные).
 - Контроль психического состояния спортсмена.
 - Коррекция психического состояния спортсмена.
21. **"Психологические особенности спортивного соревнования"***
 Психологические особенности спортивного соревнования (по Г.Д. Бабушкину).
 Спортивное соревнование как процесс. Эмоциональные факторы соревновательной деятельности (по А.Л. Попову). Предстартовые эмоциональные состояния.
22. **"Диагностика предстартовых состояний"***
 Вопросы к обсуждению:
 - Метод наблюдения за состоянием спортсмена.
 - Метод измерения коротких интервалов времени.
 - Метод измерения максимального мышечного усилия (динамометрия).
 - Измерение частоты сердечных сокращений (ЧСС).
 - Методы самооценки.
23. **"Регуляция предстартовых состояний"***
 Вопросы к обсуждению:
 - Секундирование.
 - Психологические средства регуляции предстартовых состояний.
 - Педагогические средства регуляции предстартовых состояний.
 - Психофизиологические средства регуляции предстартовых состояний.
24. **"Контроль по модулю: Психологические особенности спортивной деятельности"***
 Собеседование по второму модулю
25. **"Психологические особенности спортивных групп"**
 - Спортивная команда как малая социальная группа.
 - Признаки малой спортивной группы.
 - Социальная структура спортивной группы.
26. **"Групповые свойства и качества"***
 Вопросы к обсуждению:
 - Социальные свойства и качества спортивной команды
 - Групповая сплочённость
 - Психологическая совместимость.
 - Психологический климат
 - Межличностные отношения
27. **"Лидерство в спортивной группе"***
 Вопросы к обсуждению:
 - Лидерство в спортивной команде.
 - Понятие лидера.
 - Признаки лидера.
 - Функции лидера.
 - Диагностика лидерских способностей.
28. **"Тренинг групповой сплочённости"***
 Вопросы к обсуждению:
 - Игры для развития координации групповых действий в спортивной команде.
 - Игры для сплочения спортивной команды.

29. **"Психология конфликта"***

Вопросы к обсуждению:

- Понятие конфликта.
- Классификации конфликта.
- Структура и причины конфликта.
- Спортивные конфликты.

30. **"Типы конфликтных личностей"***

Вопросы к обсуждению:

- Демонстративный, ригидный, неуправляемый, сверхточный, бесконфликтный типы личности
- Поведение в конфликте разных типов личности.
- Диагностика типов конфликтных личностей.

31. **"Управление конфликтами"***

Вопросы к обсуждению:

- Конфликты в педагогической деятельности.
- Понятие медиации.
- Правила поведения педагога в конфликтной ситуации
- Управление конфликтом между учениками

32. **"Контроль по модулю: Социально-психологические особенности физического воспитания и спорта"***

Собеседование по третьему модулю.

5. Учебно-методическое обеспечение и планирование самостоятельной работы обучающихся

Таблица 3

№	Темы	Формы СРС, включая требования к подготовке к занятиям
	3 семестр	
	Психология физической культуры	
1	Психология как наука о психике	Библиографический поиск.
2	Естественнонаучные основы психологии физической культуры	Проработка лекций
3	Психические явления	Проработка лекций
4	Психические явления и их диагностика	Проработка лекций
5	Личность и деятельность	Проработка лекций
6	Свойства и структура личности	Проработка лекций
7	Эмоционально-волевая сфера личности	Проработка лекций
8	Диагностика эмоционально-волевой сферы личности	Проработка лекций
9	Познавательная сфера личности	Проработка лекций
10	Познавательная сфера личности	Проработка лекций
11	Познавательная сфера личности	Проработка лекций
12	Контроль по модулю: Ведение в психологию ФК. Базовые понятия психологии ФК	Подготовка к собеседованию.
13	Развитие личности: факторы и закономерности	Проработка лекций
14	Возрастная периодизация психического развития	Проработка лекций
15	Нарушения психического развития	Проработка лекций
16	Диагностика психического развития	Проработка лекций
17	Роль психомоторики в развитии психики человека	Проработка лекций

18	Формирование двигательных действий	Проработка лекций
19	Психологические основы физических способностей и качеств	Проработка лекций
20	Контроль по модулю: Возрастная психология. Вводные понятия	Подготовка к собеседованию.
21	Развитие ребёнка от рождения до 7 лет	Проработка лекций
22	Младенчество и раннее детство	Проработка лекций
23	Дошкольный возраст	Проработка лекций
24	Психодиагностика развития ребёнка до 7 лет	Проработка лекций
25	Особенности психического развития школьников	Проработка лекций
26	Младший школьный возраст	Проработка лекций
27	Подростковый период	Проработка лекций
28	Старший школьный возраст	Проработка лекций
29	Взрослость и поздний (пожилой и старческий) возраст	Проработка лекций
30	Взрослость	Проработка лекций
31	Пожилой и старческий возраст	Проработка лекций
32	Контроль по модулю: Основы психологии ФК	Подготовка к собеседованию. Проработка лекций
	4 семестр	
	Психология физической культуры	
1	Психология ФК как учебный предмет и научная дисциплина	Библиографический поиск.
2	Понятийный аппарат психологии ФК	Проработка лекций
3	Методы психологии ФК	Проработка лекций
4	Современные направления исследований в области психологии ФВ и психологии спорта	Проработка лекций
5	Личность в физическом воспитании и спорте	Проработка лекций
6	Индивидуально-типологические свойства личности и их учёт в физическом воспитании и спорте	Поиск информационных источников.
7	Потребности и мотивы занятий ФК и С	Проработка лекций
8	Волевая сфера личности занимающихся ФК и С	Проработка лекций
9	Познавательная сфера личности и её формирование в процессе занятий ФК и С	Проработка лекций
10	Познавательная сфера личности	Проработка лекций
11	Познавательная сфера личности	Проработка лекций
12	Контроль по модулю: Базовые понятия психологии ФВ и психологии спорта	Подготовка к собеседованию.
13	Психологическая характеристика спортивно-педагогической деятельности	Проработка лекций
14	Психологическая характеристика видов спорта	Проработка лекций
15	Психологические особенности отбора в спорте	Проработка лекций
16	Состояния в спортивной деятельности	Проработка лекций
17	Психологические особенности тренировочной деятельности	Проработка лекций
18	Психологические особенности видов подготовки спортсмена	Проработка лекций
19	Психологическая подготовка спортсмена	Проработка лекций
20	Психологическое сопровождение тренировочной деятельности	Проработка лекций

21	Психологические особенности спортивного соревнования	Проработка лекций
22	Диагностика предстартовых состояний	Проработка лекций
23	Регуляция предстартовых состояний	Проработка лекций
24	Контроль по модулю: Психологические особенности спортивной деятельности	Подготовка к собеседованию.
25	Психологические особенности спортивных групп	Проработка лекций
26	Групповые свойства и качества	Проработка лекций
27	Лидерство в спортивной группе	Проработка лекций
28	Тренинг групповой сплочённости	Проработка лекций
29	Психология конфликта	Проработка лекций
30	Типы конфликтных личностей	Проработка лекций
31	Управление конфликтами	Проработка лекций
32	Контроль по модулю: Социально-психологические особенности физического воспитания и спорта	Подготовка к собеседованию.

Требования к подготовке к занятиям

Библиографический поиск. Предполагает поиск библиографической информации по теме, установление сведений об источниках, наличия источников в библиографической системе вуза

Поиск информационных источников. Предполагает поиск документов и изданий, в которых содержится информация по теме. Критерии оценки: полнота выбора источников поиска, точность поиска

Проработка лекций предполагает:

- изучить содержание лекции;
- изучить дополнительные литературные источники по теме лекции;
- расширить содержание вопросов лекции дополнительными фактами и примерами.

Критерии оценки: содержательность, соответствие теме, своевременность выполнения задания.

Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками

6. Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю)

6.1 Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

Промежуточная аттестация по дисциплине в 3 семестре предполагает проведение зачёта в форме собеседования, в 4 семестре – экзамена в форме собеседования.

Критерии выставления зачёта

Оценка «зачтено» выставляется студенту, который:

- прочно усвоил предусмотренный программный материал;
- правильно, аргументировано ответил на все вопросы, с приведением примеров;
- показал глубокие систематизированные знания, владеет приемами рассуждения и сопоставляет материал из разных источников: теорию связывает с практикой, другими темами данного курса, других изучаемых предметов.

Оценка «не зачтено» выставляется студенту, который допустил существенные ошибки при ответе на вопросы; не может ответить на дополнительные вопросы.

Критерии выставления экзаменационной оценки

«Отлично» – обучающийся глубоко и прочно усвоил весь программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими

заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок.

«Хорошо» – обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий.

«Удовлетворительно» – обучающийся усвоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий.

«Неудовлетворительно» – обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания, задачи.

Перечень примерных вопросов для промежуточной аттестации

3 семестр

1 Модуль

3. Предмет и объект психологии.
4. Понятие и функции психики.
5. Основные методы психологических исследований.
6. Сознание как высший уровень отражения и саморегуляции.
7. Понятие и виды ощущений.
8. Восприятие, его виды и свойства.
9. Понятие и свойства внимания.
10. Процессы памяти и закономерности запоминания.
11. Репродуктивное и продуктивное (творческое) воображение.
12. Понятие мышления и основные мыслительные операции.
13. Виды и функции эмоций.
14. Чувства и их классификация.
15. Личность как многоуровневая система психологических характеристик.
16. Способности.
17. Потребности: понятие, виды.
18. Мотивы: понятие, виды.
19. Темперамент, его виды и свойства.
20. Понятие характера.
21. Воля и ее функции.
22. Деятельность: понятие, структура.

2 Модуль

23. Развитие человека (понятие). Факторы, определяющие психическое развитие человека.
24. Факторы риска ранних психических отклонений. Основные нарушения психического развития у детей.
25. Возрастная периодизация психического развития детей (Д.Б.Эльконина).
26. Закономерности детского развития, кризисные периоды, зоны актуального и ближайшего развития ребёнка.
27. Психомоторная сфера человека (понятие, компоненты, значение).
28. Психологические аспекты формирования двигательных действий и развития физических качеств.

3 Модуль

29. Психологические особенности детей от рождения до 3-х лет.
30. Психологические особенности детей дошкольного возраста.

31. Психологические особенности детей младшего школьного возраста.
32. Психологические особенности подростков.
33. Психологические особенности детей старшего школьного возраста.
34. Психологические особенности взрослого возраста.
35. Психологические особенности пожилого возраста.
36. Психологические особенности старческого возраста.

4 семестр

1 модуль

1. Понятие личности. Личность спортсмена. Модельные характеристики личности спортсмена.
2. Понятие воли. Волевая сфера личности спортсмена.
3. Волевые качества спортсмена и приёмы их воспитания.
4. Общее представление об эмоциональной сфере личности спортсмена.
5. Психическое напряжение в спорте.
6. Характеристика предстартовых состояний.
7. Диагностика и регуляция предстартовых состояний.
8. Потребностно-мотивационная сфера спортсмена.

2 модуль

9. Психологическая классификация видов спорта.
10. Понятие психологического отбора в спорте (определение, цели, принципы).
11. Этапы психологического отбора в спорте.
12. Психологические условия результативности тренировочного процесса.
13. Психологические особенности физической подготовки спортсмена.
14. Психологические особенности технической подготовки спортсмена.
15. Психологические особенности тактической подготовки спортсмена.
16. Психологическая подготовка спортсмена (понятие, виды, средства).
17. Психологические особенности соревнований.

3 модуль

18. Психологический климат в спортивном коллективе.
19. Диагностика межличностных отношений.
20. Психологические особенности спортивной группы.
21. Лидерство в спортивной группе.
22. Конфликты в спортивном коллективе (понятие, виды).
23. Правила поведения в конфликте.

6.2 Критерии оценивания компетенций:

Таблица 4

Карта критериев оценивания компетенций

№ п/п	Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения	Оценочные материалы	Критерии оценивания

1	<p>ОПК-1 - Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>Знает психологическую характеристику деятельности в физическом воспитании и спорте. Знает основные факторы и закономерности развития психики в онтогенезе. Знает периодизацию психического развития личности. Знает психологические особенности занимающихся дошкольного, школьного возраста, взрослых и пожилых разного пола</p> <p>Умеет подбирать средства и методы физической культуры для занимающихся разного пола и возраста</p>	<p>Контрольные вопросы по темам</p> <p>Фонд тестовых заданий</p> <p>Ситуационные задания</p>	<p>Полнота изложения материала.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Последовательность изложения. – Владение речью и терминологией. – Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. – Умение делать обобщение, выводы, сравнение. – Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов. – Лаконичность изложения. <p>Количество правильно выполненных заданий</p> <ul style="list-style-type: none"> – соответствие выполненного задания поставленным задачам; – соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания; – уровень владения материалом задания при ответах на вопросы
2	<p>ОПК-2 - Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</p>	<p>Знает основные понятия психологического отбора и спортивной ориентации. Знает сущность психологической классификации видов спорта.</p>	<p>Контрольные вопросы по темам</p>	<p>Полнота изложения материала.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Последовательность изложения. – Владение речью и терминологией. – Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. – Умение делать обобщение, выводы, сравнение. – Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов. – Лаконичность изложения.

		Умеет подбирать и применять базовые методики психодиагностики занимающихся, в том числе в рамках спортивной ориентации и отбора	Фонд тестовых заданий Ситуационные задания	Количество правильно выполненных заданий – соответствие выполненного задания поставленным задачам; – соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания; – уровень владения материалом задания при ответах на вопросы
3	ОПК-6 - Способен формировать осознанное отношение занимающихся физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни	Знает значение двигательной деятельности для формирования и развития психики человека	Контрольные вопросы по темам	Полнота изложения материала. – Последовательность изложения. – Владение речью и терминологией. – Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. – Умение делать обобщение, выводы, сравнение. – Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов. – Лаконичность изложения.
		Умеет проводить диагностику мотивов и ценностных ориентаций занимающихся физической культурой и спортом Умеет подбирать приёмы управления мотивами занимающихся физической культурой и спортом	Фонд тестовых заданий Ситуационные задания	Количество правильно выполненных заданий – соответствие выполненного задания поставленным задачам; – соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания; – уровень владения материалом задания при ответах на вопросы
4	ОПК-9 - Способен осуществлять контроль использованием	Знает основы психодиагностики занимающихся	Контрольные вопросы по темам	Полнота изложения материала. – Последовательность изложения.

	методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	физической культурой и спортом		<ul style="list-style-type: none"> – Владение речью и терминологией. – Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. – Умение делать обобщение, выводы, сравнение. – Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов. – Лаконичность изложения.
			Фонд тестовых заданий	Количество правильно выполненных заданий
			Умеет подбирать и применять методики оценки психического состояния занимающихся	Ситуационные задания
5	ПК-3 - Способен планировать и выполнять прикладные работы теоретического и экспериментального характера в физической культуре и спорте	Знает специфику научных исследований и практических задач, решаемых в рамках психологии физического воспитания и спорта	Контрольные вопросы по темам	<ul style="list-style-type: none"> – Полнота изложения материала. – Последовательность изложения. – Владение речью и терминологией. – Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. – Умение делать обобщение, выводы, сравнение. – Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов. – Лаконичность изложения.
			Фонд тестовых заданий	Количество правильно выполненных заданий
			Умеет проводить психодиагностику занимающихся для решения	Ситуационные задания

		практических задач физического воспитания и спорта		– соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания; уровень владения материалом задания при ответах на вопросы
--	--	--	--	---

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

7.1 Основная литература:

1. Психология физической культуры: учебник / Б. П. Яковлев, Г. Д. Бабушкин, Е. А. Науменко [и др.]; под редакцией Б. П. Яковлев; Г. Д. Бабушкин. — Психология физической культуры, 2022-04-01. — Электрон. дан. (1 файл). — Москва: Издательство «Спорт», 2016 — 624 с. — Гарантированный срок размещения в ЭБС до 01.04.2022 (автопродлонгация). — Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. — Текст. — электронный. — <URL:<http://www.iprbookshop.ru/55586.html>> (дата обращения: 25.05.2020).

7.2 Дополнительная литература:

1. Психология взаимодействия в спорте: учебно-методическое пособие для вузов физической культуры / ред. В. Н. Смоленцева. — Психология взаимодействия в спорте, Весь срок охраны авторского права. — Электрон. дан. (1 файл). — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2015 — 122 с. — Весь срок охраны авторского права. — Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. — Текст. — электронный. — <URL:<http://www.iprbookshop.ru/65061.html>> (дата обращения: 25.05.2020).

2. Психология спорта: учебно-методическое пособие / сост. С. Ю. Махов. — Психология спорта, 2025-04-28. — Электрон. дан. (1 файл). — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2019 — 170 с. — Гарантированный срок размещения в ЭБС до 28.04.2025 (автопродлонгация). — Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. — Текст. — электронный. — <URL:<http://www.iprbookshop.ru/95422.html>> (дата обращения: 25.05.2020).

3. Психология физической культуры и спорта: практикум / составители: И. А. Попова, Ю. В. Хайбуллин. — Психология физической культуры и спорта, Весь срок охраны авторского права. — Электрон. дан. (1 файл). — Комсомольск-на-Амуре, Саратов: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, Ай Пи Ар Медиа, 2019 — 91 с. — Весь срок охраны авторского права. — Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. — Текст. — электронный. — <URL:<http://www.iprbookshop.ru/86453.html>> (дата обращения: 25.05.2020).

7.3 Интернет-ресурсы:

1. Научный портал "ТЕОРИЯ.РУ". - <http://teoriya.ru/>
2. Спортивный психолог <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>

7.4 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Clarivate Analytics – Web of Science Core Collection. Поставщик контента: ФГБУ «Государственная публичная научно-техническая библиотека России». https://apps.webofknowledge.com/WOS_GeneralSearch_input.do?product=WOS&search_mode=GeneralSearch&SID=C2ivzMxspGLnBiQvQWN&preferencesSaved=

2. Межвузовская электронная библиотека (МЭБ) <https://icdlib.nspu.ru/>
3. Национальная электронная библиотека <https://rusneb.ru/>
4. Научная электронная библиотека <https://www.elibrary.ru/>

8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю)

- Лицензионное ПО, в том числе отечественного производства:
платформа для электронного обучения Microsoft Teams, Microsoft Office 365, Пакет Adobe Creative Cloud: Photoshop, Illustrator, InDesign, Premiere, After Effects, Acrobat Pro и пр.
- Свободно распространяемое ПО, в том числе отечественного производства: не используется

9. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Для проведения лекционных и семинарских занятий необходима аудитория, укомплектованная учебной мебелью (парты, стулья); оснащённая, техническими средствами обучения (компьютер, мультимедийное оборудование) и доской (грифельная или мультимедийная).

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Институт физической культуры

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

 /Е.А. Симонова/

01 июня 2020

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА

Рабочая программа

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

профиль: Физическая культура и спорт

форма обучения: очная

Симонова Е. А., Христов В. В., Самарин А. В., Колунин Е. Т., Базилевич М. В. Теория и методика обучения базовым видам спорта Рабочая программа для обучающихся по направлению 49.03.01 Физическая культура программа бакалавриата, форма обучения очная. Тюмень, 2020.

Рабочая программа дисциплины опубликована на сайте ТюмГУ: Теория и методика обучения базовым видам спорта [электронный ресурс] / Режим доступа: <https://www.utmn.ru/sveden/education/#>.

Рабочая программа дисциплины (модуля) включает следующие разделы:

1. Пояснительная записка

Цели дисциплины – формирование у студентов целостного представления о профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту.

Задачи дисциплины:

1. Сформировать у студентов общей культуры личности средствами физической культуры.
2. Приобрести опыт при решении педагогических задач в рамках образовательных учреждений.
3. Освоить умение в воспроизведении элементов техники в базовом виде спорта;
4. Развить физические кондиции необходимые для данного вида спорта.
5. Приобрести опыт в организации и проведении соревнований в базовом виде спорта.

1.1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Стандарт ФГОС ВО 3++

Данная дисциплина входит в блок Б1 Дисциплины (модули), обязательная часть

1.2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины (модуля)

Указываются коды и формулировки компетенций (части компетенций), формируемые в процессе освоения данной дисциплины (модуля) из паспорта компетенций (при наличии).

Код и наименование компетенции	Компонент (знаниевый/функциональный)
<p>УК-7: Способен поддерживать должный уровень подготовленности для обеспечения полноценной и профессиональной деятельности</p>	<p>Знает: основные понятия базовых видов спорта; основы теории и методики преподавания; классификацию данных видов спорта; содержание, формы, методы планирования занятий базовыми видами в звеньях системы образования; методы и способы профилактики травматизма в процессе занятий.</p>
	<p>Знает: понимает основные понятия базовых видов спорта; основы теории и методики преподавания; классификацию данных видов спорта; содержание, формы, методы планирования занятий базовыми видами в звеньях системы образования; методы и способы профилактики травматизма в процессе занятий.</p>
	<p>Знает: интерпретирует основные понятия базовых видов спорта; основы теории и методики преподавания; классификацию данных видов спорта; содержание, формы, методы планирования занятий базовыми видами в звеньях системы образования; методы и способы профилактики травматизма в процессе занятий.</p>
	<p>Умеет: разрабатывать конспекты занятий по базовым видам спорта; комплектовать и готовить спортсменов по базовым видам спорта; разрабатывать документацию необходимую для проведения занятия по базовым видам спорта; проводить занятия по базовым видам спорта в звеньях системы образования.</p>
	<p>Умеет: изучать и оценивать конспекты занятий по базовым видам спорта; комплектовать и готовить спортсменов по базовым видам спорта; разрабатывать</p>

	<p>документацию необходимую для проведения занятия по базовым видам спорта; проводить занятия по базовым видам спорта в звеньях системы образования.</p> <p>Умеет: способен интегрировать опыт для подготовки конспектов занятий по базовым видам спорта; комплектовать и готовить спортсменов по базовым видам спорта; разрабатывать документацию необходимую для проведения занятия по базовым видам спорта; проводить занятия по базовым видам спорта в звеньях системы образования.</p>
<p>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</p>	<p>Знает морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие дифференцированный подход к планированию, характера и уровня физических нагрузок, анализ результатов их применения.</p> <p>Знает и морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие дифференцированный подход к планированию, характера и уровня физических нагрузок, анализ результатов их применения, влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса.</p> <p>Знает морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие дифференцированный подход к планированию, характера и уровня физических нагрузок, анализ результатов их применения, влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста.</p> <p>Умеет дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок.</p> <p>Умеет дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок, учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом.</p> <p>Умеет дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок, учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; определять средства и</p>

	<p>величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач.</p>
<p>ОПК-2: Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</p>	<p>Знает значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними; критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности; особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса.</p> <p>Знает и понимает 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; 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.</p> <p>Знает интерпретацию основных видов спортивного отбора, выбора спортивной специализации, спортивной ориентации, разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации; критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности; 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.</p> <p>Умеет применять на практике- 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.</p> <p>Умеет изучать и оценивать общие положения и требования нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов; 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</p>

	<p>показатели и критерии начального отбора в ИВС.</p> <p>Умеет интерпретировать виды - общих положений и требований 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; 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.</p>
<p>ОПК-3: Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</p>	<p>Знает основные средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p>Знает и понимает основы применения средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности на занятиях различного типа и физкультурно-спортивных мероприятиях в дошкольных, школьных, средне-специальных и высших образовательных учреждениях.</p> <p>Знает и умеет интерпретировать использование средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности на занятиях различного типа и физкультурно-спортивных мероприятиях в дошкольных, школьных, средне-специальных и высших образовательных учреждениях.</p> <p>Умеет применять на практике основные средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности при организации занятий и физкультурно-спортивных мероприятиях.</p> <p>Умеет анализировать существующие методики, технологии и программы подготовки различных по возрасту, полу и уровню подготовленности занимающихся в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p>Умеет разрабатывать методики, технологии и программы подготовки различных по возрасту, полу и уровню подготовленности занимающихся в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности.</p>
<p>ОПК-4: Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовать участие спортсменов в соревнованиях и избранном виде спорта</p>	<p>Знает: основы теории и методики обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p>Знает: факторы, определяющие профессиональное мастерство в избранном виде физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p>Знает: содержание, формы и методы планирования и организации учебно-тренировочной и соревновательной работы; основы теории и методики обучения в избранном виде спорта; методы и критерии спортивного отбора.</p>

	<p>Умеет: определять цели и задачи спортивной подготовки спортсменов в избранной спортивной специализации; планировать учебно-тренировочные занятия с учетом возраста и пола занимающихся, санитарно-гигиенических основ, климатических, региональных, особенностей.</p> <p>Умеет: разрабатывать перспективные и оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского спорта и со спортсменами массовых разрядов; оценивать нагрузку и в зависимости от результатов контроля корректировать её; с помощью комплекса тестов оценивать уровень общей и специальной работоспособности, функциональной готовности занимающихся и на основе этого вносить коррективы в тренировочный процесс.</p> <p>Умеет: оценивать эффективность используемых средств и методов тренировки; определять причины типичных ошибок у лиц, вовлеченных в физкультурно-спортивную деятельность, определять приемы и средства к их устранению; анализировать результаты врачебно-педагогических наблюдений за спортсменами для контроля и корректировки учебно-тренировочного процесса занимающихся.</p>
<p>ОПК-13 Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта</p>	<p>Знает: основные положения свода правил проведения соревнований в избранном виде спорта.</p> <p>Знает: положения, правила и регламенты проведения спортивных соревнований (по виду спорта); методические материалы по вопросам, касающимся деятельности спортивных судей; способы оказания первой помощи в условиях соревнования.</p> <p>Знает: современную методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий; профилактические и организационные меры обеспечения безопасности проводимых соревнований; порядок допинг-контроля и антидопинговые правила; основы психологии; порядок составления установленной отчетности; нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией; передовой отечественный и зарубежный опыт судейства; основы налогового, гражданского, трудового, финансового и административного законодательства; правила по охране труда и пожарной безопасности.</p> <p>Умеет: Судить спортивные соревнования в соответствии со своей квалификацией, судейской специализацией и категорией, с правилами вида спорта и положением (регламентом) о спортивном соревновании.</p> <p>Умеет: Осуществляет судейство, соблюдая требования спортивной этики, объективно и своевременно решает возникающие в ходе соревнований вопросы. Контролирует соблюдение правил вида спорта</p>

	<p>спортсменами и тренерами.</p> <p>Умеет: Организует и проводит соревнования по избранному виду спорта различного уровня, осуществляет объективное судейство соревнований, разрешать спортивные споры при проведении соревнований, обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований по избранному виду спорта, осуществлять функции судьи в избранном виде спорта.</p>
<p>ОПК-14 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса</p>	<p>Знает: основы биомеханических движений в базовых видах спорта.</p> <p>Знает: методику обучения по базовым видам спорта, методы контроля, средства управления и критерии оценки в условиях тренировочного и образовательного процессов.</p> <p>Знает: современные средства и методы при проведении занятий оздоровительной физической культурой, при подготовке спортсменов высокого класса. Методику совершенствования и развития различных сторон подготовленности (скоростных способностей, силовых способностей, координационных способностей, гибкости, выносливости).</p> <p>Умеет: работать с научно-методической литературой, анализировать, сопоставлять основные положения по базовым видам спорта на современном этапе.</p> <p>Умеет: проводить занятия учитывая величину тренировочной нагрузки, объем нагрузки, интенсивность нагрузки. Осуществлять общую и специальную физическую подготовку по базовым видам спорта.</p> <p>Умеет: проводить отбор и ориентацию занимающихся по базовым видам спорта планировать многолетний тренировочный и образовательный процессы, творчески подходить к проведению тренировочных занятий, вести воспитательную работу.</p>
<p>ПК-1: Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, среднего профессионального образования, высшего образования, дополнительного профессионального образования, дополнительно образования детей и взрослых в области физической культуры и спорта</p>	<p>Знает основы педагогической деятельности в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании, должностные обязанности воспитателя, учителя, разработки и реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования.</p> <p>Знает и понимает основы педагогической деятельности в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании, должностные обязанности воспитателя, учителя, разработки и реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования.</p> <p>Знает интерпретацию основных видов педагогической деятельности в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании, должностные обязанности и функции воспитателя, учителя, разработки и реализацию образовательных</p>

	программ начального общего, основного общего, среднего общего образования.
	Умеет применять на практике педагогические навыки в области дополнительного образования детей и взрослых основ дополнительного образования детей и взрослых в области физической культуры и спорта.
	Умеет изучать и оценивать на практике педагогические навыки в области дополнительного образования детей и взрослых основные навыки в дополнительном образовании детей и взрослых в области физической культуры и спорта.
	Умеет интерпретировать виды педагогических навыков в области дополнительного образования детей и взрослых основные навыки в дополнительном образовании детей и взрослых в области физической культуры и спорта.

2. Структура и объем дисциплины

Таблица 1

Вид учебной работы		Всего часов	Часов в семестре						
			1	2	3	5	6	7	8
Общая трудоемкость	зач. ед.	33	4	5	4	4	4	6	6
	час	1188	144	180	144	144	144	216	216
Из них:									
Часы аудиторной работы (всего):		532	66	74	66	68	66	96	96
Лекции		8	8	0	0	0	0	0	0
Практические занятия		0	0	0	0	0	0	0	0
Лабораторные / практические занятия по подгруппам		524	58	74	66	68	66	96	96
Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося		656	78	106	78	76	78	120	120
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)			Зачет	Зачет	Зачет	Зачет	Зачет	Зачет	Экзамен

3. Система оценивания

3.1. Для аттестации по дисциплине необходимо выполнить зачетные требования:

- 1) обязательное посещение лекционных и лабораторных занятий (1 балл);
- 2) своевременная сдача преподавателю учебной карточки, плана-конспекта тренировочного занятия по предлагаемым темам (0-5 баллов);

- 3) качественная самостоятельная подготовка к практическим занятиям, активная работа на них (0-3 баллов);
- 4) активная, самостоятельная аудиторная и внеаудиторная работа студента в соответствии с планом;
- 5) выступление с докладом/презентацией по этой теме (0-5 баллов);
- 6) проведение тренировочного занятия по подготовленному плану-конспекту (0-5 баллов);
- 7) в случаях пропуска занятий, по каким-либо причинам, обязательно «отрабатывать» пропущенное занятие преподавателю во время индивидуальных консультаций.

В случае не полного выполнения указанных условий по уважительной причине, студент может получить индивидуальные задания и консультации по пропущенному учебному материалу.

Зачет студентам выставляется после выполнения всех требований.

Зачет может быть получен автоматически, если студент выполнил все методико-практические задания, не пропускал лекционных и лабораторных занятий, принимал активное участие в обсуждении вопросов по теме занятий.

Студенты, имеющие пропуски занятий без уважительных причин сдают зачет в форме собеседования по контрольным вопросам учебной дисциплины, все методико-практические задания.

Студенты, обучающиеся на индивидуальном графике, могут сдать зачет устно, ответив на контрольные вопросы, составить учебную карточку, презентацию, технологическую карту тренировочного занятия, сдать тесты по ОФП, СФП, ТП.

Критерии выставления оценки:

«зачет» (61-100 баллов). Студент демонстрирует полное понимание проблемы. Все требования, предъявляемые к устному ответу выполнены. Сданы все методико-практические задания, тесты по ОФП, СФП, ТП.

«незачет» (менее 60 баллов). Студент демонстрирует непонимание проблемы к устному ответу. Многие требования к зачету не выполнены.

При подготовке к устному ответу на контрольные вопросы к зачету студенту необходимо ориентироваться на рекомендуемую литературу.

Оцениваемые показатели ответов студентов:

1. Полнота изложения материала.
2. Последовательность изложения.
3. Владение речью и терминологией.
4. Умение иллюстрировать материал конкретными примерами.
5. Умение делать обобщение, выводы, сравнение.
6. Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов.
7. Лаконичность изложения.

Критерии оценки плана-конспекта тренировочного занятия:

- работа выполняется письменно;
- содержательность конспекта, соответствие плану (выбранное направление, цель, задачи, возраст, уровень подготовленности, дозирование нагрузки, адекватный подбор средств и методов);
- соответствие оформления требованиям;
- грамотность изложения.

Критерии оценивания презентации:

- актуальность темы исследования, ее научность, логическая последовательность изложения;
- соответствие содержания теме презентации;
- логическая структура презентации (понятная навигация);
- стиль оформления презентации;
- рациональное использование графических объектов;
- рациональное использование анимационных эффектов;
- грамотность (наличие грамматических и синтаксических ошибок);
- культура выступления при представлении презентации

4. Содержание дисциплины

4.1. Тематический план дисциплины

Таблица 2

в 1 семестре

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (академические часы)			
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные/ практические занятия по подгруппам	Иные виды контактной работы
1	2	3	4	5	6	7
1.	Основы техники безопасности на занятиях физической культурой в закрытых помещениях и на открытых площадках	4	2	0	0	0
2.	Освоение техники и методика обучения специальных беговых упражнений легкоатлета	4	0	0	2	0
3.	Строевые упражнения	4	0	0	2	0
4.	Организация и проведение спортивных соревнований	4	2	0	0	0
5.	Освоение техники и методика обучения бега на короткие дистанции	6	0	0	2	0
6.	Общеразвивающие и вольные упражнения	4	0	0	2	0
7.	Лекционное занятие 3	4	2	0	0	0
8.	Совершенствование техники бега на короткие дистанции	4	0	0	2	0
9.	Строевые и общеразвивающие упражнения	4	0	0	2	0
10.	Методика обучения двигательного действия и технике упражнения в целом.	4	2	0	0	0
11.	Освоение техники и методика обучения бега на средние и длинные дистанции	6	0	0	2	0
12.	Строевые и общеразвивающие упражнения	4	0	0	2	0
13.	Совершенствование техники бега на короткие и длинные дистанции	6	0	0	2	0
14.	Строевые и общеразвивающие упражнения	4	0	0	2	0
15.	Методика обучения технике беговых видов легкой атлетике (гладкий бег). Организация и проведение подвижных игр для обучения бегу.	4	0	0	2	0

16.	Акробатические упражнения	4	0	0	2	0
17.	Обучение и совершенствование техники стоек и перемещений	4	0	0	2	0
18.	Плавание: биомеханические основы техники плавания	6	0	0	2	0
19.	Обучение и совершенствование техники владения мячом в баскетболе. Техника передач и ведения мяча.	4	0	0	2	0
20.	Плавание: общие требования к рациональной технике спортивного плавания	4	0	0	2	0
21.	Обучение и совершенствование техники владения мячом в баскетболе. Обучение технике бросков мяча	4	0	0	2	0
22.	Техника плавания способом кроль на груди	4	0	0	2	0
23.	Обучение технике защиты в баскетболе.	4	0	0	2	0
24.	Техника плавания способом кроль на груди	4	0	0	2	0
25.	Обучение технике защиты в баскетболе.	4	0	0	2	0
26.	Техника плавания способом кроль на груди	4	0	0	2	0
27.	Обучение основам тактики игры в нападении.	6	0	0	2	0
28.	Совершенствование техники плавания способом кроль на груди	4	0	0	2	0
29.	Лыжная подготовка. Техника классических лыжных ходов. Знакомство с техническим арсеналом лыжника	4	0	0	2	0
30.	Лыжная подготовка. Рациональная техника классических лыжных ходов. Знакомство с техническим арсеналом лыжника	6	0	0	2	0
31.	Лыжная подготовка. Техника классических лыжных ходов. Знакомство с техническим арсеналом лыжника	4	0	0	2	0
32.	Лыжная подготовка. Подготовительные и подводящие упражнения	4	0	0	2	0
33.	Лыжная подготовка. Одновременный бесшажный ход.	4	0	0	2	0
34.	Промежуточная аттестация	0	0	0	0	0
	Итого (часов)	144	8	0	58	0

во 2 семестре

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (академические часы)			Иные виды контактной работы
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные/ практические занятия по подгруппам	
1	2	3	4	5	6	7
1.	Лыжная подготовка. Одновременный одношажный ход	5	0	0	2	0
2.	Лыжная подготовка. Одновременный одношажный ход	5	0	0	2	0
3.	Лыжная подготовка. Совершенствование одновременного бесшажного и одношажного ходов	5	0	0	2	0
4.	Лыжная подготовка. Попеременный двухшажный классический ход	5	0	0	2	0
5.	Лыжная подготовка. Попеременный четырехшажный классический ход	5	0	0	2	0
6.	Лыжная подготовка. Совершенствование поперемного двухшажного и четырехшажного классических ходов	5	0	0	2	0
7.	Лыжная подготовка. Совершенствование техники классических лыжных ходов	5	0	0	2	0
8.	Лыжная подготовка. Развитие силовых способностей студентов.	5	0	0	2	0
9.	Лыжная подготовка. Развитие силовых способностей студентов.	5	0	0	2	0
10.	Обучение технике стоек и перемещений в волейболе	5	0	0	2	0
11.	Совершенствование техники плавания способом кроль на груди	5	0	0	2	0
12.	Обучение и закрепление техники приема и передачи мяча снизу	5	0	0	2	0
13.	Техника плавания способом кроль на спине	5	0	0	2	0
14.	Обучение и закрепление техники передач мяча сверху	5	0	0	2	0
15.	Техника плавания способом кроль на	5	0	0	2	0

	спине					
16.	Обучение технике передачи мяча сверху	5	0	0	2	0
17.	Техника плавания способом кроль на спине	5	0	0	2	0
18.	Обучение технике нападающего удара по направлению атаки	5	0	0	2	0
19.	Совершенствование техники плавания способами кроль на груди и кроль на спине	5	0	0	2	0
20.	Обучение технике блокирования индивидуальные и групповое	5	0	0	2	0
21.	Совершенствование техники стартов и поворотов при плавании способами кроль на груди и спине	5	0	0	2	0
22.	Тактика нападения	5	0	0	2	0
23.	Дистанционное и повторное плавание кролем на груди и спине	5	0	0	2	0
24.	Освоение техники и методика обучения прыжков в длину способом «Согнув ноги»	5	0	0	2	0
25.	Общеразвивающие упражнения с предметами	5	0	0	2	0
26.	Совершенствование техники прыжков в длину способом «Согнув ноги»	5	0	0	2	0
27.	Опорные прыжки	5	0	0	2	0
28.	Освоение техники и методика обучения прыжков в длину способом «Прогнувшись»	5	0	0	2	0
29.	Упражнения на гимнастических снарядах	5	0	0	2	0
30.	Совершенствование техники прыжков в длину способом «Прогнувшись»	5	0	0	2	0
31.	Акробатические упражнения	5	0	0	2	0
32.	Освоение техники и методика обучения прыжков в длину способом «Ножницы»	5	0	0	2	0
33.	Упражнения на гимнастических снарядах	5	0	0	2	0
34.	Совершенствование техники прыжков в длину способом «Ножницы»	5	0	0	2	0
35.	Упражнения на гимнастических снарядах	5	0	0	2	0
36.	Методика обучения прыжкам в длину с разбега. Организация и проведение подвижных игр для обучения прыжкам в длину	2	0	0	2	0
37.	Прикладные упражнения	3	0	0	2	0
38.	Промежуточная аттестация	0	0	0	0	0
	Итого (часов)	180	0	0	74	0

в 3 семестре

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (академические часы)			Иные виды контактной работы
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные/ практические занятия по подгруппам	
1	2	3	4	5	6	7
1.	Освоение техники и методика обучения прыжков в высоту способом «Перешагивание»	4	0	0	2	0
2.	Общеразвивающие упражнения	4	0	0	2	0
3.	Совершенствование техники прыжков в высоту способом «Перешагивание»	4	0	0	2	0
4.	Акробатические упражнения	4	0	0	2	0
5.	Освоение техники и методика обучения прыжков в высоту способом «Перекидной»	6	0	0	2	0
6.	Акробатические упражнения	4	0	0	2	0
7.	Совершенствование техники прыжков в высоту способом «Перекидной»	4	0	0	2	0
8.	Прикладные упражнения	4	0	0	2	0
9.	Освоение техники и методика обучения прыжков в высоту способом «Фосбери-флоп»	4	0	0	2	0
10.	Акробатические упражнения	4	0	0	2	0
11.	Совершенствование техники прыжков в высоту способом «Фосбери-флоп»	6	0	0	2	0
12.	Упражнения на гимнастических снарядах	4	0	0	2	0
13.	Методика обучение технике прыжков в высоту. Организация и проведение подвижных игр для обучения прыжкам в высоту.	6	0	0	2	0
14.	Упражнения на гимнастических снарядах	4	0	0	2	0
15.	Обучение технике перемещений в футболе	4	0	0	2	0
16.	Техника плавания способом брасс	4	0	0	2	0
17.	Обучение технике ведения мяча	4	0	0	2	0
18.	Техника плавания способом брасс	6	0	0	2	0
19.	Обучение технике ударов по мячу	4	0	0	2	0
20.	Техника плавания способом брасс	4	0	0	2	0

21.	Обучение технике передач	4	0	0	2	0
22.	Техника плавания способом баттерфляй (дельфин)	4	0	0	2	0
23.	Обучение технике защиты	4	0	0	2	0
24.	Техника плавания способом баттерфляй (дельфин)	4	0	0	2	0
25.	Обучение стандартным положениям в мини футболе	4	0	0	2	0
26.	Техника плавания способом баттерфляй (дельфин)	4	0	0	2	0
27.	Тактика игры в обороне	6	0	0	2	0
28.	Совершенствование техники плавания способами брасс и баттерфляй, обучение стартам и поворотам	4	0	0	2	0
29.	Лыжная подготовка. Техника коньковых лыжных ходов. Знакомство с ходом	4	0	0	2	0
30.	Лыжная подготовка. Техника коньковых лыжных ходов. Полуконьковый ход.	6	0	0	2	0
31.	Лыжная подготовка. Техника коньковых лыжных ходов. Одновременный двухшажный ход	4	0	0	2	0
32.	Лыжная подготовка. Техника коньковых лыжных ходов. Одновременный одношажный ход	4	0	0	2	0
33.	Лыжная подготовка. Совершенствование техники коньковых лыжных ходов	4	0	0	2	0
34.	Промежуточная аттестация	0	0	0	0	0
	Итого (часов)	144	0	0	66	0

в 5 семестре

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (академические часы)			Иные виды контактной работы
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные/практические занятия по подгруппам	
1	2	3	4	5	6	7
1.	Освоение техники и методика обучения эстафетного бега на короткие дистанции 4x100 метров	4	0	0	2	0
2.	Гимнастика	4	0	0	2	0
3.	Совершенствование техники эстафетного	4	0	0	2	0

	бега на короткие дистанции 4x100 метров					
4.	Акробатические упражнения	4	0	0	2	0
5.	Обучение техники эстафетного бега на средние и смешанные дистанции	6	0	0	2	0
6.	акробатические упржнения	4	0	0	2	0
7.	Совершенствование техники эстафетного бега на средние и смешанные дистанции	4	0	0	2	0
8.	Опорный прыжок	4	0	0	2	0
9.	Методика обучение технике эстафетного бега	4	0	0	2	0
10.	Упражнения на гимнастических снарядах	4	0	0	2	0
11.	Освоение техники и методика обучения спортивной ходьбы	6	0	0	2	0
12.	Упражнения на гимнастических снарядах	4	0	0	2	0
13.	Совершенствование техники спортивной ходьбы. Методика обучения спортивной ходьбе.	6	0	0	2	0
14.	Упражнения на гимнастических снарядах	4	0	0	2	0
15.	Обучение и совершенствование техники стоек и перемещений в гандболе	4	0	0	2	0
16.	Техника плавания способом на боку	4	0	0	2	0
17.	Обучение технике владения мячом в гандболе. Техника ловли и передач мяча.	4	0	0	2	0
18.	Транспортировка пострадавшего и оказание первой помощи	6	0	0	2	0
19.	Обучение и совершенствование техники владения мячом в гандболе. Обучение ведению мяча.	4	0	0	2	0
20.	Упражнения для совершенствования техники спортивных способов плавания	4	0	0	2	0
21.	Обучение и совершенствование техники владения мячом гандбол. Обучение технике бросков мяча	4	0	0	2	0
22.	Упражнения для совершенствования техники спортивных способов брасс и баттерфляй	4	0	0	2	0
23.	Обучение технике игры вратаря	4	0	0	2	0
24.	Упражнения для развития темпа и силы гребка	4	0	0	2	0
25.	Обучение технике защиты полевого игрока.	4	0	0	2	0
26.	Отработка подводной части дистанции в спортивных способах плавания	4	0	0	2	0
27.	Обучение начальным тактическим действиям полевого игрока в нападении.	6	0	0	2	0

28.	Основы техники старта и поворота в спортивном плавании	4	0	0	2	0
29.	Лыжная подготовка. Классический лыжный ход. Соревновательная деятельность ходов	4	0	0	2	0
30.	Лыжная подготовка. Совершенствование техники коньковых лыжных	4	0	0	2	0
31.	Лыжная подготовка. Коньковый лыжный ход. Соревновательная деятельность	4	0	0	2	0
32.	Лыжная подготовка. Свободный стиль катания	4	0	0	2	0
33.	Лыжная подготовка. Совершенствование техники коньковых лыжных	4	0	0	2	0
34.	Лыжная подготовка. Совершенствование техники классических лыжных ходов	4	0	0	2	0
35.	Промежуточная аттестация	0	0	0	0	0
	Итого (часов)	144	0	0	68	0

в 6 семестре

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (академические часы)			Иные виды контактной работы
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные/практические занятия по подгруппам	
1	2	3	4	5	6	7
1.	Горнолыжный спорт. Формирование технического арсенала горнолыжника	4	0	0	2	0
2.	Горнолыжный спорт. Способы спуска на горных лыжах. Исправление возникающих ошибок.	4	0	0	2	0
3.	Горнолыжный спорт. Профилактика травматизма и правила поведения на горе и на подъемнике.	4	0	0	2	0
4.	Горнолыжный спорт. Совершенствование техники спуска на горных лыжах	4	0	0	2	0
5.	Горнолыжный спорт. Способы спуска на горных лыжах. Исправление возникающих ошибок	6	0	0	2	0
6.	Методика проведения подвижных игр на занятиях 1-4 классов	4	0	0	2	0
7.	Упражнения для совершенствования техники плавания	4	0	0	2	0

8.	Методика проведения подвижных игр на занятиях 1-4 классов	4	0	0	2	0
9.	Совершенствование техники гребка	4	0	0	2	0
10.	Методика проведения подвижных игр на занятиях 5-9 классов	4	0	0	2	0
11.	Методика развития темпа и силы гребка	6	0	0	2	0
12.	Методика проведения подвижных игр на занятиях 5-9 классов	4	0	0	2	0
13.	Отработка подводной части дистанции в спортивных способах плавания	6	0	0	2	0
14.	Методика проведения подвижных игр на занятиях 10-11 классов	4	0	0	2	0
15.	Отработка подводной части дистанции в спортивных способах плавания	4	0	0	2	0
16.	Методика проведения подвижных игр для лиц с отклонением в состоянии здоровья	4	0	0	2	0
17.	Техника стартового прыжка с тумбы	4	0	0	2	0
18.	Методика проведения подвижных игр для лиц с отклонением в состоянии здоровья	6	0	0	2	0
19.	Методика совершенствования поворотов в спортивных способах плавания	4	0	0	2	0
20.	Освоение техники и методика обучения барьерного бега на 100 и 110 метров	4	0	0	2	0
21.	Общеразвивающие упражнения.	4	0	0	2	0
22.	Совершенствование техники барьерного бега на 100 и 110 метров	4	0	0	2	0
23.	Акробатические упражнения	4	0	0	2	0
24.	Освоение техники и методика обучения барьерного бега на 400 метров	4	0	0	2	0
25.	Акробатические упражнения	4	0	0	2	0
26.	Совершенствование техники барьерного бега на 400 метров	4	0	0	2	0
27.	Упражнения на гимнастических снарядах	6	0	0	2	0
28.	Освоение техники и методика обучения бега с препятствиями	4	0	0	2	0
29.	Опорный прыжок	4	0	0	2	0
30.	Совершенствование техники бега с препятствиями	6	0	0	2	0
31.	Гимнастика	4	0	0	2	0
32.	Методика обучение технике барьерного бега	4	0	0	2	0
33.	Гимнастическое многоборье	4	0	0	2	0
34.	Промежуточная аттестация 1	0	0	0	0	0
	Итого (часов)	144	0	0	66	0

в 7 семестре

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (академические часы)			Иные виды контактной работы
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные/ практические занятия по подгруппам	
1	2	3	4	5	6	7
1.	Освоение техники и методика обучения метаний способом «Бросок из-за головы»	4	0	0	2	0
2.	Особенности организации и проведения соревнований по волейболу	4	0	0	2	0
3.	Акробатические упражнения	4	0	0	2	0
4.	Совершенствование техники метаний способом «Бросок из-за головы»	4	0	0	2	0
5.	Методы обучения в плавании	7	0	0	2	0
6.	Освоение техники и методика обучения метаний способом «С поворотом»	4	0	0	2	0
7.	Гимнастика	4	0	0	2	0
8.	Совершенствование техники метаний способом «С поворотом»	4	0	0	2	0
9.	Способы и приемы при построении учебного и тренировочного занятия по плаванию	7	0	0	2	0
10.	Освоение техники и методика обучения метаний способом «Толчком»	4	0	0	2	0
11.	Гимнастика	4	0	0	2	0
12.	Совершенствование техники метаний способом «Толчком»	4	0	0	2	0
13.	Общеразвивающие, специальные и имитационные упражнения в плавании	4	0	0	2	0
14.	Методика обучения техники. Организация и проведение подвижных игр для легкоатлетических метаний	7	0	0	2	0
15.	Гимнастика	4	0	0	2	0
16.	Методика обучения техники. Организация и проведение подвижных игр для легкоатлетических метаний	4	0	0	2	0
17.	Методика применения подготовительных упражнений в плавании	4	0	0	2	0
18.	Методика обучения техники. Организация и проведение подвижных игр	7	0	0	2	0

	для легкоатлетических метаний					
19.	Гимнастика	4	0	0	2	0
20.	Методика обучения техники. Организация и проведение подвижных игр для легкоатлетических метаний	7	0	0	2	0
21.	Планирование и проведение занятий по плаванию	4	0	0	2	0
22.	Гимнастика	4	0	0	2	0
23.	Методика обучения стойкам, остановкам, перемещениям в волейболе.	4	0	0	2	0
24.	Подготовка и проведение учебного занятия по плаванию	4	0	0	2	0
25.	Гимнастика	4	0	0	2	0
26.	Методика обучения технике защиты. Прием мяча снизу, нижняя прямая подача	4	0	0	2	0
27.	Подготовка и проведение тренировочного занятия по плаванию	4	0	0	2	0
28.	Гимнастика	4	0	0	2	0
29.	Методика обучения технике защиты. Прием мяча снизу, нижняя прямая подача	4	0	0	2	0
30.	Подготовка и проведение занятий по плаванию в детском лагере	7	0	0	2	0
31.	Гимнастика	4	0	0	2	0
32.	Методика обучения технике нападения. Передача сверху двумя руками	4	0	0	2	0
33.	Организация и проведение соревнований по плаванию	4	0	0	2	0
34.	Лыжные гонки. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Правила соревнований.	4	0	0	2	0
35.	Методика обучения технике нападения. Передача сверху двумя руками	4	0	0	2	0
36.	Лыжные гонки. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Документация	4	0	0	2	0
37.	Методика обучения технике защиты в волейболе.	4	0	0	2	0
38.	Лыжные гонки. Традиционные и инновационные средства коммуникации в учебно-тренировочном процессе подготовки лыжников – гонщиков	4	0	0	2	0
39.	Лыжные гонки. Инновационные средства коммуникации в учебно-тренировочном процессе	7	0	0	2	0
40.	Методика обучения технике нападения.	4	0	0	2	0

	Атакующий удар.					
41.	Лыжные гонки. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Проведение соревнований по лыжному спорту	4	0	0	2	0
42.	Лыжные гонки. Традиционные и инновационные средства коммуникации в учебно-тренировочном процессе подготовки лыжников – гонщиков	4	0	0	2	0
43.	Методика обучения технике нападения. Атакующий удар.	7	0	0	2	0
44.	Лыжные гонки. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Проведение соревнований по лыжному спорту	4	0	0	2	0
45.	Лыжные гонки. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Проведение соревнований по лыжному спорту	4	0	0	2	0
46.	Методика обучения технике нападения. Атакующий удар.	4	0	0	2	0
47.	Лыжные гонки. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Проведение соревнований по лыжному спорту	4	0	0	2	0
48.	Лыжные гонки. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Проведение соревнований по лыжному спорту	4	0	0	2	0
49.	Промежуточная аттестация	0	0	0	0	0
	Итого (часов)	216	0	0	96	0

в 8 семестре

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (академические часы)			Иные виды контактной работы
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные/ практические занятия по подгруппам	
1	2	3	4	5	6	7
1.	Горнолыжный спорт. Техническая подготовка сноубордиста	4	0	0	2	0
2.	Методика обучения стойкам, поворота, остановкам перемещениям в баскетболе	4	0	0	2	0
3.	Горнолыжный спорт. Совершенствование технической подготовки в сноубординге	4	0	0	2	0
4.	Горнолыжный спорт. Совершенствование технической подготовки в сноубординге	4	0	0	2	0
5.	Методика обучения технике владения мячом. Ведение мяча. Бросок в движении.	7	0	0	2	0
6.	Горнолыжный спорт. Совершенствование технической подготовки в сноубординге	4	0	0	2	0
7.	Горнолыжный спорт. Совершенствование технической подготовки в сноубординге	4	0	0	2	0
8.	Методика обучения технике владения мячом	4	0	0	2	0
9.	Горнолыжный спорт. Совершенствование техники спуска на сноуборде	7	0	0	2	0
10.	Лыжная подготовка. Техника коньковых лыжных ходов.	4	0	0	2	0
11.	Методика обучения овладению мячом в баскетболе	4	0	0	2	0
12.	Лыжная подготовка. Техника классических лыжных ходов.	4	0	0	2	0
13.	Баскетбол	4	0	0	2	0
14.	Лыжная подготовка. Тестирование	7	0	0	2	0
15.	Совершенствование техники плавания кролем на груди и кролем на спине	4	0	0	2	0
16.	Методика обучения технико-тактическим действиям в нападении	4	0	0	2	0
17.	Гимнастика	4	0	0	2	0
18.	Совершенствование техники плавания способом брасс, старта и поворота	7	0	0	2	0

19.	Методика обучения групповым тактическим взаимодействиям	4	0	0	2	0
20.	Методико-практическое занятие	7	0	0	2	0
21.	Совершенствование техники плавания способом баттерфляй	4	0	0	2	0
22.	Методика обучения технике защиты	4	0	0	2	0
23.	Методико-практическое занятие	4	0	0	2	0
24.	Комплексное плавание	4	0	0	2	0
25.	Спортивные игры	4	0	0	2	0
26.	Методико-практическое занятие	4	0	0	2	0
27.	Обучение эстафетному плаванию	4	0	0	2	0
28.	Освоение техники и методика обучения тройного прыжка	4	0	0	2	0
29.	Методико-практическое занятие	4	0	0	2	0
30.	Совершенствование техники тройного прыжка. Методика обучения тройному прыжку	7	0	0	2	0
31.	Методико-практическое занятие направленное на совершенствование техники плавания способом кроль на груди	4	0	0	2	0
32.	Совершенствование техники беговых видов в легкоатлетическом многоборье	4	0	0	2	0
33.	Методико-практическое занятие	4	0	0	2	0
34.	Совершенствование техники в прыжковых видах легкоатлетического многоборья	4	0	0	2	0
35.	Методико-практическое занятие направленное на совершенствование техники плавания кролем на спине	4	0	0	2	0
36.	Совершенствование техники в метаниях легкоатлетического многоборья	4	0	0	2	0
37.	Методико-практическое занятие	4	0	0	2	0
38.	Особенности проведения соревнований по многоборью	4	0	0	2	0
39.	Методико-практическое занятие направленное на совершенствование техники плавания способом брасс	5	0	0	2	0
40.	Особенности проведения занятий по легкой атлетике со школьниками младших классов	4	0	0	2	0
41.	Методико-практическое занятие	4	0	0	2	0
42.	Особенности проведения занятий по легкой атлетике со школьниками средних классов	4	0	0	2	0
43.	Методико-практическое занятие	5	0	0	2	0

	направленное на совершенствование техники плавания способом баттерфляй					
44.	Особенности проведения занятий по легкой атлетике со школьниками старших классов	4	0	0	2	0
45.	Методико-практическое занятие	4	0	0	2	0
46.	Особенности проведения занятий с людьми пожилого возраста	4	0	0	2	0
47.	Особенности проведения занятий по легкой атлетике с людьми с инвалидностью	4	0	0	2	
48.	Методико-практическое занятие по плаванию организация и проведение соревнований эстафет	4	0	0	2	
49.	Консультация перед экзаменом	2	0	0	0	0
50.	Экзамен по дисциплине	2	0	0	0	0
	Итого (часов)	216	0	0	96	0
	Всего	1188	8	0	524	0

4.2. Содержание дисциплины по темам

1 семестр

Тема 1. «Основы техники безопасности на занятиях физической культурой в закрытых помещениях и на открытых площадках»

План лекции:

1. Техника безопасности до начала, вовремя и после тренировочных занятий.
2. Требования к открытым спортивным площадкам.
3. Требования к спортивному инвентарю и оборудованию.
4. Дополнительные требования безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту (по разделу «Гимнастика»)
5. Дополнительные требования безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту (по разделу «Легкая атлетика»)
6. Дополнительные требования безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту (по разделу «Плавание»)
7. Дополнительные требования безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту (по разделу «Спортивные игры»)
8. Оказание доврачебной помощи пострадавшему и порядок расследования и учета несчастных случаев с учащимися.
9. Дополнительные требования безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту (по разделу «Лыжный спорт»).

Тема 2. «Освоение техники и методика обучения специальных беговых упражнений легкоатлета»

Специальные беговые упражнения легкоатлетов. Специальные беговые упражнения легкоатлетов, подводящие к обучению техники бега. Специальные беговые упражнения легкоатлетов, подводящие к обучению техники прыжков. Специальные беговые упражнения легкоатлетов, подводящие к обучению техники метаний.

Тема 3. «Строевые упражнения»

Сформировать у студентов представления о строевых упражнениях. Разобрать понятия: строй, шеренга, колонна, фронт, фланг, тыльная сторона строя, дистанция, интервал, ширина и глубина строя, направляющий, замыкающий.

Рассказать о правилах управления строем: точки зала, команды, распоряжения (приказания), сигналы и личный пример. Правила подачи команд. Форма рапорта.

Разобрать строевые приемы, выход из строя и возвращение в строй, расчет строя: по порядку, на первый и второй, по три, по четыре и т.д. на месте и в движении, повороты на месте и в движении, направо, налево и кругом, перестроение из одной шеренги в две и обратно, из колонны по одному в колонну по два и обратно на месте, перестроение из колонны по одному в колонну по два (три, и т.д.) поворотом в движении, перестроение из колонны по одному в колонну по два, по четыре дроблением и сведением; разведением и слиянием.

Разобрать правила подачи команд и выполнение разновидностей ходьбы: обычным и строевым шагом; приставными шагами; на носках; на пятках; на наружных и внутренних сводах стоп; перекатом с пятки на носок; в полуприседе и приседе; с хлопками; с различными положениями прямых и согнутых рук; скрестными шагами вперед и в сторону; высоко поднимая бедро согнутой ноги; спиной вперед.

Переход с шага на бег и с бега на шаг; смена положения ноги во время движения.

Разобрать правила подачи команд и выполнение элементов фигурной маршировки: обход, диагональ, противоход, змейка.

Разобрать правила подачи команд и выполнение размыкания на длину рук в движении; от середины и в одну сторону приставными шагами.

Разобрать правила подачи команд и выполнение разновидностей бега: обычный; с высоким подниманием бедра; боком (скрестными шагами); в сцеплении за руки; спиной вперед.

Передвижение прыжками на двух; ноги врозь и вместе; врозь и скрестно; на одной с продвижением вперед-назад и в сторону.

Тема 4. «Организация и проведение спортивных соревнований»

План лекции:

1. Организация и проведение физкультурных мероприятий, спортивных мероприятий.
2. Общие требования к содержанию положений о соревнованиях.
3. Права и обязанности судей на соревнованиях.
4. Права и обязанности спортсменов на соревнованиях.

Тема 5. «Освоение техники и методика обучения бега на короткие дистанции»

Обучение техники бега на короткие дистанции: низкий старт, стартовый разгон, бег по дистанции, бег на повороте, низкий старт на повороте, финиширование. Специальные упражнения бегунов. Разбор типичных ошибок при выполнении: низкого старта, стартового разгона, бега по дистанции, бега на повороте, низком старте на повороте, финишировании.

Тема 6. «Общеразвивающие и вольные упражнения»

Сформировать у студентов представление о общеразвивающих упражнениях без предметов правилах их проведения, видах, направленности и правилах подачи команд для их выполнения занимающимися.

Учебная практика студентов в проведении общеразвивающих упражнений.

Разучить комплекс вольных упражнений на 48 счетов с включением элементов акробатических упражнений.

Тема 7. «Классификация техники двигательного действия. Фазы и структура движений»

План лекции:

1. Классификация техники движений.
2. Биомеханика фаз и структуры двигательного действия.

Тема 8. «Совершенствование техники бега на короткие дистанции»

Совершенствования техники бега на короткие дистанции, низкий старт, стартовый разгон, бег по дистанции, бег на повороте, низкий старт на повороте, финиширование.

Основные виды подготовки спринтеров (общая подготовка, специальная циклическая). Локальная подготовка: специально-подготовительные упражнения,

специальные упражнения. Интегральная подготовка: развитие скорости, развитие специально-скоростной выносливости, контрольные упражнения.

Тема 9. «Строевые и общеразвивающие упражнения»

Занятие посвящено отработке умения студентов подавать команды и проводить строевые и общеразвивающие упражнения.

Тема 10. «Методика обучения двигательного действия и технике упражнения в целом.»

План лекции:

1. Классификация методов физического воспитания.
2. Процесс обучения двигательному действию.

Тема 11 «Освоение технике и методика обучения бега на средние и длинные дистанции»

Обучение техники бега по прямой и на виражах. Обучение техники входа в вираж и схода с виража. Обучение технико-тактическим действиям спортсмена в беге на средние и длинные дистанции. Разбор типичных ошибок при выполнении: бега по прямой, бега на вираже, при входе в вираж и при сходе с виража.

Тема 12. «Строевые и общеразвивающие упражнения»

Занятие посвящено отработке умения студентов подавать команды и проводить строевые и общеразвивающие упражнения.

Тема 13. «Совершенствование техники бега на короткие и длинные дистанции»

Совершенствование техники бега по прямой и на виражах. Совершенствование техники входа в вираж и схода с виража. Совершенствование технико-тактических действий спортсмена в беге на средние и длинные дистанции.

Методы прерывного бега: интервальный бег, повторный бег на длинных отрезках, переменный бег, интервальный спринт.

Методы непрерывного длительного бега: равномерный длительный бег, длительный и темповый кроссовый бег, фартлек, длительный кроссовый бег в переменном темпе.

Тема 14. «Строевые и общеразвивающие упражнения»

Занятие посвящено отработке умения студентов подавать команды и проводить строевые и общеразвивающие упражнения.

Тема 15. «Методика обучения технике беговых видов легкой атлетике (гладкий бег). Организация и проведение подвижных игр для обучения бегу»

Методы, средства и задачи обучения гладкому бегу. Последовательность изучения техники гладкого бега. Анализ, ошибки и оценки выполнения техники гладкого бега. Подвижные игры для совершенствования быстроты и скоростной выносливости.

Тема 16. «Акробатические упражнения»

Оборудование мест и особенности организации занятий акробатическими упражнениями с детьми, подростками и взрослым населением.

Сформировать у студентов представление о технике выполнения и методике обучения базовым акробатическим элементам: группировки сидя, лежа на спине, в приседе. Перекаты назад, вперед, в сторону, из стойки на одном и двух коленях.

Тема 17. «Обучение и совершенствование техники стоек и перемещений»

Обучение и совершенствование техники перемещений. Ходьба, бег, прыжки. Перемещения скрестным шагом, спиной вперед. Обучения остановкам прыжком и двумя шагами перемещения в защитной стойке. Особенности проведения подвижных игр с элементами баскетбола. Игры, направленные на освоение стоек, перемещений.

Тема 18. «Плавание: биомеханические основы техники плавания»

Понятие о технике плавания, гидростатическое равновесия тела в воде. Силы реакции воды при движении тела, анализ сил, тормозящих продвижения пловца

Тема 19. «Обучение и совершенствование техники владения мячом в баскетболе. Техника передач и ведения мяча»

Обучение ловле и передаче мяча (двумя руками от груди, одной и двумя руками сверху, сбоку, одной и двумя руками с отскоком от пола). Подвижные игры и эстафеты для совершенствования техники перемещений и остановок.

Обучение ведению мяча (низкое, высокое, по прямой, с изменением направления и скорости), подвижные игры "передал- садись", "круговая охота".

Тема 20. Плавание: общие требования к рациональной технике спортивного плавания.

Положение тела пловца в вводе, движение ногами, движение руками. Фазовая состав и общее согласование движений

Тема 21. Обучение и совершенствование техники владения мячом в баскетболе. Обучение технике бросков мяча.

Обучение технике бросков мяча (двумя руками от груди, одной рукой от плеча, с места, в прыжке, в движении, штрафной бросок). Совершенствование техники ведения мяча, остановок, поворотов. Эстафеты и подвижные игры, включающие ведение и передачи мяча. Учебная игра (3х3).

Тема 22. Техника плавания способом кроль на груди.

Общая характеристика способа плавания, положение тела и движение ногами, движение ногами в согласовании с дыханием.

Тема 23. Обучение технике защиты в баскетболе.

Обучение технике перемещений в защите. Обучение технике выбивания, вырывания мяча. Учебная игра 1х1.

Тема 24. Техника плавания способом кроль на груди.

Обучение движению руками при плавании кролем на груди, движение руками в согласовании с дыханием

Тема 25. Обучение технике защиты в баскетболе.

Обучение технике блокировке броска. Обучение технике подбора мяча. Обучение технике перехвата мяча. Учебная игра 1х1, 3х3.

Тема 26. Техника плавания способом кроль на груди.

Общее согласование движений руками и ногами на задержке дыхания, согласование движений рук и ног в полной координации с дыханием 3;3, 5;5, 7:7

Тема 27. Обучение основам тактики игры в нападении.

Обучение индивидуальным действиям в нападении без мяча учебные задания 1х1.

Тема 28. Совершенствование техники плавания способом кроль на груди.

Плавание в полной координации, преодоление отрезков дистанции 25, 50, 75, 100 м, обучение выполнению стартов и поворотов при плавании способом кроль на груди

Тема 29. Лыжная подготовка. Техника классических лыжных ходов. Знакомство с техническим арсеналом лыжника.

Техника передвижения на лыжах классическими ходами одновременным бесшажным, одновременным одношажным, одновременным двухшажным, попеременным одношажным, попеременным двухшажным. Очередность обучения лыжным ходам. Переходы с одновременных на попеременные ходы и наоборот. Пространственно-временные характеристики каждого хода. Применение ходов в зависимости от рельефа местности и условий скольжения. Циклы и фазы каждого лыжного хода
Техника передвижения на лыжах классическими ходами одновременным бесшажным, одновременным одношажным, одновременным двухшажным, попеременным одношажным, попеременным двухшажным. Очередность обучения лыжным ходам. Переходы с одновременных на попеременные ходы и наоборот. Пространственно-временные характеристики каждого хода. Применение ходов в зависимости от рельефа местности и условий скольжения. Циклы и фазы каждого лыжного хода

Тема 30. Лыжная подготовка. Рациональная техника классических лыжных ходов. Знакомство с техническим арсеналом лыжника.

Общие требования к рациональной технике. Положение тела, рук и ног и движение руками и ногами. Фазовый состав и общее согласование движений.

Тема 31. Лыжная подготовка. Техника классических лыжных ходов. Знакомство с техническим арсеналом лыжника.

Переходы с одновременных на попеременные ходы и наоборот. Пространственно-временные характеристики каждого хода. Применение ходов в зависимости от рельефа местности и условий скольжения. Циклы и фазы каждого лыжного хода.

Тема 32. Лыжная подготовка. Подготовительные и подводящие упражнения.

Подготовительные и подводящие упражнения для обучения в лыжных гонках. Изучение подготовительных и подводящих упражнения в лыжном спорте. Упражнения для имитации работы рук, ног и стойки.

Тема 33. Лыжная подготовка. Одновременный бесшажный ход.

Изучение техники одновременного бесшажного хода. Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом. Изучение возможности применения хода в зависимости от рельефа местности и условий скольжения. Изучение циклов и фаз лыжного хода

Тема 34. Промежуточная аттестация 1.

При сдаче зачета студенты должны продемонстрировать достаточный уровень физической подготовленности, владения техникой базовых видов спорта и отдельными элементами планирования.

2 семестр

Тема 1. Лыжная подготовка. Одновременный одношажный ход.

Изучение техники одновременного одношажного хода. Техника передвижения на лыжах одновременным одношажным ходом. Изучение возможности применения хода в зависимости от рельефа местности и условий скольжения. Изучение циклов и фаз лыжного хода

Тема 2. Лыжная подготовка. Одновременный одношажный ход.

Изучение техники одновременного одношажного хода. Техника передвижения на лыжах одновременным одношажным ходом. Изучение возможности применения хода в зависимости от рельефа местности и условий скольжения. Изучение циклов и фаз лыжного хода

Тема 3. Лыжная подготовка. Совершенствование одновременного бесшажного и одношажного ходов.

Общее согласование движений руками и ногами. Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным и одношажным ходами. Совершенствование попеременному толчку ногой, одновременному толчку руками. Работа над согласованным движением руками и ногами. Переходы с одновременного бесшажного на одновременный одношажный. Пространственно-временные характеристики каждого хода.

Тема 4. Лыжная подготовка. Попеременный двухшажный классический ход.

Изучение техники попеременного двухшажного классического хода. Техника передвижения на лыжах попеременным двухшажным классическим ходом. Изучение возможности применения хода в зависимости от рельефа местности и условий скольжения. Изучение циклов и фаз лыжного хода Обучение движениям руками и ногами. Обучение толчку ногой. Обучение толчку руками. Работа над маховыми движениями рукам и ногами

Тема 5. Лыжная подготовка. Попеременный четырехшажный классический ход.

Изучение техники попеременного четырехшажного классического хода. Обучение движениям руками и ногами. Техника передвижения на лыжах попеременным четырехшажным ходом. Обучение толчку ногой. Обучение толчку руками. Работа над маховыми движениями рукам и ногами

Тема 6. Лыжная подготовка. Совершенствование попеременного двухшажного и четырехшажного классических ходов.

Общее согласование движений руками и ногами. Совершенствование техники передвижения на лыжах одновременным двухшажным и четырехшажным ходами. Совершенствование попеременному толчку ногой, толчку руками. Работа над согласованным движением руками и ногами. Переходы с одного на другой ход. Пространственно-временные характеристики каждого хода.

Тема 7. Лыжная подготовка. Совершенствование техники классических лыжных ходов.

Упражнения для совершенствования техники классического хода. Совершенствование подготовительных и подводящих упражнений для освоения техники классического хода. Совершенствование переходов с одновременных ходов на попеременные и наоборот.

Тема 8. Лыжная подготовка. Развитие силовых способностей студентов.

Изучение упражнений для развития силы мышц рук и ног с использованием естественного рельефа местности. Одновременное отталкивание руками, попеременное отталкивание руками. Катание без использования палок. Изучение упражнений общей и специальной физической подготовки.

Тема 9. Лыжная подготовка. Развитие силовых способностей студентов.

Изучение упражнений для развития силы мышц рук и ног с использованием естественного рельефа местности. Одновременное отталкивание руками, попеременное отталкивание руками. Катание без использования палок. Изучение упражнений общей и специальной физической подготовки.

Тема 10. Обучение технике стоек и перемещений в волейболе.

Обучение технике стоек, перемещений волейболиста. Перемещение лицом, боком, спиной вперед: скачок, бег, шаги, остановка. Сочетание способов перемещения. Эстафеты, на закрепление техники перемещений.

Тема 11. Совершенствование техники плавания способом кроль на груди.

Совершенствование техники плавания способом кроль на груди, равновесие, балансировка и скольжение на спине

Тема 12. Обучение и закрепление техники приема и передачи мяча снизу.

Обучение технике приема и передачи мяча снизу. - на месте и после перемещения; в парах направляя мяч вперед-вверх, над собой, «жонглирование» стоя на месте и в движении; Обучение технике подачи: нижняя прямая (боковая). Подвижные игры с элементами волейбола. Игра мини-волейбол.

Тема 13. Техника плавания способом кроль на спине.

Общая характеристика способа плавания, положение тела и движение ногами

Тема 14. Обучение и закрепление техники передач мяча сверху.

Обучение технике передач мяча сверху: в опорном положении, над собой - на месте и после перемещения различными способами; с набрасывания партнера - на месте и после перемещения; в парах. передачи в стену с изменением высоты и расстояния - на месте и в сочетании с перемещениями; на точность с собственного подбрасывания и партнера.

Обучение технике верхней прямой подаче.

Тема 15. Техника плавания способом кроль на спине.

Движение руками и дыхание, общее согласование движений рук и ног

Тема 16. Обучение технике передачи мяча сверху.

Обучение технике передач мяча сверху: в опорном в прыжке, боком, над собой - на месте и после перемещения различными способами; в треугольнике: зоны 6-3-4,6-3-2. Закрепление техники верхней прямой подачи. Учебная игра.

Тема 17. Техника плавания способом кроль на спине

Совершенствование техники плавания способом кроль на спине, изучение стартов и поворотов.

Тема 18. Обучение технике нападающего удара по направлению атаки.

Обучение технике прямого и бокового нападающего удара по направлению атаки: разбег, ударное движение, прыжок, приземление. Подготовительные и подводящие упражнения.

Тема 19. Совершенствование техники плавания способами кроль на груди и кроль на спине.

Применение параллельного метода обучения и совершенствования спортивных способов плавания, плавание по элементам при помощи рук и при помощи ног, с развитием скорости передвижения, увеличением опоры и мощности гребка.

Тема 20. Обучение технике блокирования индивидуальные и групповое.

Обучение технике блокирования индивидуальные и групповое (вдвоем, втроем), с места и после передвижения. Подготовительные и подводящие упражнения. Игровые упражнения с включением основных приемов игры в нападении и защите.

Тема 21. Совершенствование техники стартов и поворотов при плавании способами кроль на груди и спине.

Выполнение технических элементов (стартов и поворотов) отдельно и при плавании в полной координации на отрезках дистанций 25,50, 100 метров.

Тема 22. Тактика нападения.

Тактика нападения. Индивидуальные действия: выбор места для выполнения второй передачи у сетки; для подачи; для отбивания мяча через сетку, стоя двумя сверху, снизу, стоя, в прыжке; вторая передача из зоны 3 игроку, к которому передающий обращен лицом; подача нижняя прямая на точность в зоны - по заданию; передача мяча через сетку на «свободное» место, на игрока, слабо владеющего приемом мяча.

Тема 23. Дистанционное и повторное плавание кролем на груди и спине.

Совершенствование критериев эффективной техники движения рычагов: амплитуды, обтекаемости, точности двигательных действий, экономизации движений при плавании кролем на груди и кролем на спине серий типа: 6-8x25, 4-6x50, 2-4x100 при помощи рук, ног и в полной координации.

Тема 24. Освоение техники и методика обучения прыжков в длину способом «Согнув ноги».

Особенности техники выполнения прыжков в длину способом «согнув ноги». Специальные упражнения прыгунов. Развитие скоростно-силовых качеств. Обучение элементов техники разбега, отталкивания, сочетания разбега с отталкиванием, полета и приземления

Тема 25. Общеразвивающие упражнения с предметами.

Терминология и методика обучения и общеразвивающим упражнениям с предметами: гимнастические палки, скакалки, набивные мячи.

Техника выполнения и методика обучения акробатическим упражнениям: стойка на голове, стойка на руках, переворот боком, кувырок прогнувшись через плечо.

Тема 26. Совершенствование техники прыжков в длину способом «Согнув ноги».

Совершенствование техники выполнения прыжков в длину способом «согнув ноги». Совершенствование элементов техники разбега, отталкивания, сочетания разбега с отталкиванием, полета и приземления;

- выполнение техники разбега с использованием повторного и переменного методов;
- выполнение техники полета использованием повторного и интервального методов;
- выполнение техники приземления с использованием повторного, переменного, интервального методов.

Тема 27. Опорные прыжки.

Особенности организации и подготовка мест занятий опорными прыжками. Освоение приземления после выпрыгивания из различных исходных положений: на месте, со скамейки, с гимнастического козла. Разбег при выполнении опорных прыжков. Отталкивание от мостика, использование реактивной силы снаряда. Прыжки: в упор присев и соскок прогнувшись, углом с косого разбега, боком.

Тема 28. Освоение техники и методика обучения прыжков в длину способом «Прогнувшись».

Особенности техники выполнения прыжков в длину способом «прогнувшись». Специальные упражнения прыгунов. Развитие скоростно-силовых качеств. Обучение элементов техники разбега, отталкивания, сочетания разбега с отталкиванием, полета и приземления.

Тема 29. Упражнения на гимнастических снарядах.

Особенности организации и выполнения упражнений на различных гимнастических снарядах: брусья, перекладина, конь, конь-махи, козел, брусья разной высоты, бревно. Особенности страховки и помощи при выполнении упражнений на различных гимнастических снарядах.

Упражнение на гимнастической скамейке: сед ноги врозь – сед углом – перемах назад ноги врозь в упор лежа на скамейке – толчком двух упор присев и упор стоя согнувшись – силой перемах ноги врозь, в сед, ноги врозь и перемах правой с поворотом налево – махом вперед упор лежа сзади – сед у скамейки с упором на согнутых руках – махом правой упор лежа сзади – то же левой – поворот кругом – толчком двух вскок в упор присев на скамейке и соскок прогнувшись.

Тема 30. Совершенствование техники прыжков в длину способом «Прогнувшись».

Совершенствование техники выполнения прыжков в длину способом «прогнувшись». Совершенствование элементов техники разбега, отталкивания, сочетания разбега с отталкиванием, полета и приземления;

- выполнение техники разбега с использованием повторного и переменного методов;
- выполнение техники полета использованием повторного и интервального методов;
- выполнение техники приземления с использованием повторного, переменного, интервального методов

Тема 31. Акробатические упражнения.

Разучить комбинацию из акробатических упражнений.

И. п. – о.с. – полуприсед руки назад – кувырок в стойку на лопатках – перекатом сед с наклоном – перекатом назад кувырок назад прогнувшись через плечо – перекаат в упор лежа на бедрах – упор присев – толчком двух стойка на руках – кувырок вперед – встать – два колеса – приставляя ногу полуприсед с полунаклоном, руки назад – прыжок прогнувшись.

Тема 32. Освоение техники и методика обучения прыжков в длину способом «Ножницы».

Особенности техники выполнения прыжков в длину способом «ножницы». Специальные упражнения прыгунов. Обучение элементам техники разбега, отталкивания, сочетания разбега с отталкиванием, полета и приземления.

Тема 33. Упражнения на гимнастических снарядах.

Техника выполнения и методика обучения упражнениям на брусьях (мужчины) и упражнения на бревне (женщины).

Упражнения на брусьях для мужчин: с прыжка наскок в упор – мах вперед – мах назад – махом вперед сед ноги врозь – упор углом – держать – сед ноги врозь – перемах внутрь – мах назад ноги врозь – махом вперед соскок.

Упражнения на бревне, для женщин: стойка на правом колене, руки в стороны, прогнуться – встать на левую, правая сзади на носке, руки вверх – шаг правой, руки вперед – шаг левой, руки в стороны – шаг правой, руки вверх – поворот налево кругом в стойку на левой, правая сзади на носке, руки в стороны – шаг правой и подскок на ней – шаг левой и подскок на ней – 2-3 шага до конца бревна, руки вниз и махом правой соскок прогнувшись.

Тема 34. Совершенствование техники прыжков в длину способом «Ножницы».

Совершенствование элементов техники разбега, отталкивания, сочетания разбега с отталкиванием, полета и приземления. Прыжки в длину с короткого, среднего и полного разбега. Прыжки в шаге в яму и на маты, отталкиваясь от мостика, стоя на небольшой возвышенности. Выполнение специальных упражнений для развития силы и прыгучести.

Тема 35. Упражнения на гимнастических снарядах.

Техника выполнения и методика обучения упражнениям на гимнастических снарядах конь-махи (мужчины), брусья разной высоты (женщины).

Упражнение на коне: взмах левой и перемах правой с поворотом налево в сед углом – махом назад скрещение с поворотом кругом – то же еще раз – сед углом и поворот в упор сзади продольно – махом вперед соскок.

Упражнения на брусьях разной высоты, для женщин: из виса стоя подъем переворотом на н/ж с дополнительной опорой стопами о в/ж – перемах правой в упор ноги врозь – перемах правой влево с поворотом кругом в вис лежа на нижней жерди – сед на левом бедре, руки: левая хватом за в/ж, правая в сторону – поворот направо в упор сзади на нижней жерди – махом вперед соскок.

Тема 36. Методика обучения прыжкам в длину с разбега. Организация и проведение подвижных игр для обучения прыжкам в длину.

Методы, средства и задачи обучения прыжкам в длину. Последовательность изучения техники прыжков в длину. Анализ, ошибки и оценки выполнения техники прыжков в длину разными способами. Подвижные игры для совершенствования силы и скоростно-силовых способностей

Тема 37. Прикладные упражнения.

Техника выполнения и методика обучения прикладным упражнениям.

Лазанье по канату в два и три приема. Завязывание на канате стоя.

Отработка практических навыков проведения общеразвивающих упражнений с предметами.

Тема 38. Промежуточная аттестация 1.

Для получения зачета в семестре студент должен продемонстрировать достаточный уровень физической технической подготовленности по видам спорта. Владеть методами обучения. Уметь составлять и проводить комплексы общеразвивающих упражнений.

3 семестр

Тема 1. Освоение техники и методика обучения прыжков в высоту способом «Перешагивание».

Обучение техники прыжка в высоту способом «Перешагивание»: разбег, отталкивание, полет и приземление. Правильный подбор разбега. Постановка стопы на место отталкивания, правильный угол вылета. Переход через планку, работа маховой ноги. Приземление.

Тема 2. Общеразвивающие упражнения.

Методика обучения и особенности проведения с занимающимися общеразвивающих упражнений, выполняемых поточным и проходным способом, на гимнастической стенке и гимнастической скамейке

Тема 3. Совершенствование техники прыжков в высоту способом «Перешагивание».

Совершенствование техники прыжка в высоту способом «Перешагивание» при разбеге. Совершенствование отталкивания, ритма последних шагов разбега, положению тела в фазе полета, эффективному переходу через планку. Специальные упражнения прыгунов. Развитие скоростно-силовых качеств.

Тема 4. Акробатические упражнения.

Техника выполнения и методика обучения акробатическим упражнениям.

Повторение акробатических элементов, пройденных на предыдущих курсах: группировки, перекаты, кувырки, кувырок прогнувшись через плечо, стойка на голове из различных положений, стойка на руках, колесо.

Тема 5. Освоение техники и методика обучения прыжков в высоту способом «Перекидной».

Обучение техники прыжка в высоту способом «Перекидной»: разбег, отталкивание, полет и приземление. Постановка стопы на место отталкивания, правильный угол вылета. Переход через планку, работа маховой ноги и приземление.

Тема 6. Акробатические упражнения.

Техника выполнения и методика обучения акробатическим упражнениям: рондат, переворот разгибом с головы.

Проведение студентами комплексов общеразвивающих упражнений с группой поточным способом.

Тема 7. Совершенствование техники прыжков в высоту способом «Перекидной».

Совершенствование техники разбега в прыжке в высоту способом «Перекидной». Совершенствование отталкивания, ритма последних шагов разбега, вращению тела в фазе полета, эффективному переходу через планку. Специальные упражнения прыгунов. Развитие скоростно-силовых качеств.

Тема 8. Прикладные упражнения.

Проведение студентами комплекса упражнений на гимнастической стенке, скамейке и поточным способом.

Техника выполнения и методика обучения прикладным упражнениям на канате. Лазанье в вися по одному и двум вертикальным канатам поочередными и одновременными перехватами (мужчины); в смешанном вися с перелезанием на другой канат (женщины).

Лазание по канату в два приема. Завязывание на канате петель и восьмеркой. Лазание с грузом или партнером.

Тема 9. Освоение техники и методика обучения прыжков в высоту способом «Фосбери-флоп».

Обучение техники прыжка в высоту способом «Фосбери-флоп»: разбег, отталкивание, полет и приземление. Правильный подбор разбега. Постановка стопы на место отталкивания, правильный угол вылета. Переход через планку, работа маховой ноги. Приземление.

Тема 10. Акробатические упражнения.

проведение студентами комплекса общеразвивающих упражнений поточным способом.

Разучивание комбинации из акробатических элементов.

И. п. – о. с. – Шагом одной равновесие на левой (на правой) – полуприсед руки назад – кувырок прыжком – толчком двух стойка на руках и кувырок вперед в упор присев – упор лежа – перемах боком в упор лежа сзади – поворот кругом в упор лежа – упор присев – встать - 2-3 шага разбега – рондат – прыжок вверх прогнувшись – в полуприсед, руки вверх наружу – о.с.

Тема 11. Совершенствование техники прыжков в высоту способом «Фосбери-флоп».

Совершенствование техники разбега: пробегание по кругу с наклоном туловища, пробегание в требуемом ритме последних трех шагов. Совершенствование техники перехода через планку: прыжки с места спиной через планку различной высоты, сочетание разбега с отталкиванием и переходом через планку.

Выполнение нескольких вариантов дугообразного разбега и с различной скоростью, после разбега акцентирование на толчке, прыжок в целом в требуемом ритме разбега.

Тема 12. Упражнения на гимнастических снарядах.

Техника выполнения и методика обучения упражнениям на гимнастических снарядах: брусья и перекладина (мужчины), бревно, брусья разной высоты (женщины)

На брусьях: упоры и висы, упор углом, вис углом, размахивания в упоре, размахивания в упоре на руках, подъем разгибом из упора на руках, подъем махом вперед и назад из упора на руках, кувырок вперед, стойка на плечах, соскоки: махом назад и махом вперед, боком, ноги врозь на концах жердей.

На перекладине: разновидности висов и упоров; подъемы: переворотом, силой, одной, разгибом; повороты кругом в упоре: из упора ноги врозь правой перемахом левой вперед, из упора ноги врозь правой перемахом ноги назад в упор; обороты: назад в упоре, вперед в упоре ноги врозь, назад в упоре ноги врозь; размахивания: изгибами, подтягиванием, с прыжка, мах дугой; соскоки: махом вперед, махом назад, дугой.

На брусьях разной высоты: размахивания изгибами на верхней жерди, висы: присев на нижней жерди, лежа на нижней жерди, прогнувшись на нижней жерди с опорой ступнями о верхнюю жердь; подъемы: в упор на верхнюю жердь из виса присев на нижней, переворотом из виса присев на нижней жерди; спад назад из упора на верхней жерди в вис лежа на нижней жерди; опускание вперед из упора на верхней жерди в вис лежа на нижней жерди; из виса лежа на нижней жерди перемахом в вис и перемахом в вис лежа на нижней жерди; соскоки: махом вперед из упора сзади на нижней жерди, толчком бедра из седа на нижней жерди, углом назад из седа на бедре на нижней жерди, прогнувшись из горизонтального равновесия на нижней жерди.

На бревне: виды ходьбы и бега: шаг с носка, ходьба на носках, полуприседая на опорной ноге, выпадами, с движением свободной ноги вперед, назад и в сторону, приставной и переменный шаг, бег на носках мелким шагом, с небольшими прыжками с ноги на ногу; подскоки: шаги с подскоком выводя поочередно прямые ноги вперед, в сторону, назад; танцевальные шаги: галоп, полька, вальсовый, попеременный; повороты: в положении стоя,

в приседе, в упоре присев, упоре на коленях; прыжки: прыжки на месте, с продвижением вперед, с поворотами; вскоки: из стойки продольно, из стойки поперек с конца бревна, в упор сидя на бедре, в упор стоя на коленях, упор стоя на одно колено, в упор присев.

Тема 13. Методика обучение технике прыжков в высоту. Организация и проведение подвижных игр для обучения прыжкам в высоту.

Методы, средства и задачи обучения прыжкам в высоту. Последовательность изучения техники прыжков в высоту. Анализ, ошибки и оценки выполнения техники прыжков в высоту разными способами. Подвижные игры для совершенствования гибкости, координационных и скоростно-силовых способностей.

Тема 14. Упражнения на гимнастических снарядах.

Мужчины

Конь с ручками: перемах одной, круг одной, махи в упоре, махи в упоре ноги врозь, скрещение прямое, разноименные круги из упора, и упора сзади, соскок с выходом на тело и ручку.

Кольца: размахивания в висе, размахивания в висе на согнутых руках, вис согнувшись, вис прогнувшись, выкрут вперед согнувшись, соскок махом назад и соскок махом вперед.

Брусья: размахивания в упоре, стойка на плечах махом и силой, подъем махом назад из упора на руках, подъем махом вперед из упора на руках, подъем разгибом из виса углом, соскок махом назад, соскок махом вперед с поворотом кругом, соскок боком.

Перекладина: размахивания в висе, повороты махом вперед в разный хват и хват сверху, подъемы: одной, двумя, разгибом; обороты: назад и вперед в упоре, назад и вперед в упоре ноги врозь.

Женщины

Брусья разной высоты: подъем разгибом в упор на в/ж из виса присев на н/ж, оборот вперед в упоре ноги врозь, подъем одной на н/ж, спад назад с перемахом одной в вис лежа правой (левой).

Бревно: поворот кругом на одной ноге, прыжки: шагом, со сменой положения ног, стойка на лопатках, кувырки вперед и назад в порядке ознакомления, колесо на низком бревне в порядке ознакомления, соскок переворотом боком с поворотом с конца бревна.

Тема 15. Обучение технике перемещений в футболе.

Обучение и совершенствование техники перемещений: бегу различными способами, остановкам, поворотам, прыжкам. Ускорения и рывки из различных стартовых положений. Эстафеты с применением различных приёмов перемещения.

Тема 16. Техника плавания способом брасс.

Общая характеристика способа, положение тела и движение ногами

Тема 17. Обучение технике ведения мяча.

Обучение технике ведения мяча различными способами: носком, внутренней стороной стопы, внешней стороной стопы. Подвижные игры. Эстафеты.

Тема 18. Техника плавания способом брасс.

Движение руками и общее согласование движений рук с дыханием

Тема 19. Обучение технике ударов по мячу.

Обучение технике ударов по мячу внутренней стороной стопы, «щекой» и подошвой в два и одно касание. Обучение технике удара передней частью подъёма и остановка мяча внутренней стороной стопы. Обучение удару по мячу частью подъёма. Обучение ударам внешней стороной стопы. Учебная игра.

Тема 20. Техника плавания способом брасс.

Плавание при помощи рук, при помощи ног, общее согласование движений, плавание в полной координации

Тема 21. Обучение технике передач.

Обучение технике передач:

- в одно, два касания в тройках в движении со сменой мест;
- передачи в одно, два касания в движении в двойках взятие ворот,
- квадрат 5x2 в два, три касания,
- передачи в тройках со сменой мест.

Тема 22. Техника плавания способом баттерфляй (дельфин).

Общая характеристика способа плавания. Положение тела и движение ногами.

Тема 23. Обучение технике защиты.

Обучение технике защитной стойки и перемещений; техника отбора мяча.

Тема 24. Техника плавания способом баттерфляй (дельфин).

Движение руками и согласование дыхания с работой рук.

Тема 25. Обучение стандартным положениям в мини футболе.

Обучение стандартным положениям в мини футболе. Обучение игровым упражнениям 4x2 «квадрат», 4x4, 5x5 с различным количеством касаний

Тема 26. Техника плавания способом баттерфляй (дельфин).

Общее согласование движений, плавание в полной координации

Тема 27. Тактика игры в обороне.

Тактика игры в обороне: индивидуальные действия. Учебная игра.

Тема 28. Совершенствование техники плавания способами брасс и баттерфляй, обучение стартам и поворотам.

Плавание в полной координации отрезков дистанции 25,50,100 м способом брасс в повторных сериях, плавание в полной координации отрезков 25 м способом баттерфляй, обучение и закрепление техники поворотов, и стартов

Тема 29. Лыжная подготовка. Техника коньковых лыжных ходов. Знакомство с ходом.

Изучение техники передвижения на лыжах коньковыми ходами. Очередность обучения лыжным ходам. Изучение переходов с одновременного одношажного конькового хода на одновременный двухшажный коньковый ходи наоборот. Пространственно-временные характеристики каждого хода. Применение ходов в зависимости от рельефа местности и условий скольжения. Изучение циклов и фаз каждого лыжного хода

Тема 30. Лыжная подготовка. Техника коньковых лыжных ходов. Полуконьковый ход.

Изучение техники полуконькового хода. Обучение движениям руками и ногами. Обучение толчку ногой. Обучение толчку руками. Работа над маховыми движениями руками и ногами. Исправление ошибок в технике. Изучение возможности использования хода в зависимости от рельефа местности и погодных условий.

Тема 31. Лыжная подготовка. Техника коньковых лыжных ходов. Одновременный двухшажный ход.

Изучение техники одновременного двухшажного хода. Обучение движениям руками и ногами. Обучение толчку ногами. Обучение толчку руками. Работа над маховыми движениями руками и ногами. Исправление ошибок в технике. Изучение возможности использования хода в зависимости от рельефа местности и погодных условий.

Тема 32. Лыжная подготовка. Техника коньковых лыжных ходов. Одновременный одношажный ход.

Изучение техники одновременного одношажного хода. Обучение движениям руками и ногами. Обучение толчку ногами. Обучение толчку руками. Работа над маховыми движениями руками и ногами. Исправление ошибок в технике. Изучение возможности использования хода в зависимости от рельефа местности и погодных условий.

Тема 33. Лыжная подготовка. Совершенствование техники коньковых лыжных ходов.

Упражнения для совершенствования техники коньковых ходов. Совершенствование подготовительных и подводящих упражнений для освоения техники конькового хода. Совершенствование переходов с одного хода на другой.

Тема 34. Промежуточная аттестация 1.

Для получения зачета по дисциплине требуется продемонстрировать достаточный уровень физического и технической подготовленности. Владеть методиками обучения отдельных упражнений из видов спорта. Уметь осуществлять планирование учебных занятий.

5 семестр

Тема 1. Освоение техники и методика обучения эстафетного бега на короткие дистанции 4x100 метров.

Обучение технике передачи эстафетной палочки правой и левой руками, стоя на месте. Обучение технике передачи эстафетной палочки правой и левой руками при передвижении медленным и быстрым бегом. Установление контрольной отметки. Обучение старту бегуна, принимающего эстафету.

Тема 2. Строевые и общеразвивающие упражнения.

Строевые приемы в объеме материала, пройденного на предыдущих семестрах.

Правила подачи команд при проведении общеразвивающих упражнений без предметов, с предметами, на гимнастической скамейке или стенке, с предметами.

Тема 3. Совершенствование техники эстафетного бега на короткие дистанции 4x100 метров.

Совершенствование техники старта бегуна, принимающего эстафету на прямой из положения с опорой на одну руку. Совершенствование техники передачи эстафетной палочки правой и левой руками на максимальной скорости.

Тема 4. Акробатические упражнения.

Техника выполнения и методика обучения акробатическим упражнениям.

1. Кувырок назад через стойку на руках.
2. Кувырок вперед из стойки на руках.
3. Кувырок вперед из стойки на голове.
4. Упражнения классификационной программы категории «Б».

Тема 5. Обучение технике эстафетного бега на средние и смешанные дистанции.

Обучение технике передачи правой рукой в левую и переключивание ее в правую руку в эстафетном беге 4x400 м. Обучение технике передачи эстафетной палочки при передвижении медленным и быстрым бегом.

Тема 6. Акробатические упражнения.

Выполнение акробатических упражнений, пройденных на предыдущих семестрах: группировка, перекаты, мост, стойка на лопатках, стойка на голове, стойка на руках, кувырок вперед, длинный кувырок вперед, кувырок вперед прыжком, кувырок назад, кувырок назад прогнувшись через плечо, колесо. Разучивание упражнений: кувырок вперед из стойки на руках с прямыми ногами; кувырок назад в стойку на руках; переворот разгибом с головы; переворот вперед.

Тема 7. Совершенствование техники эстафетного бега на средние и смешанные дистанции.

Совершенствование техники передачи правой рукой в левую и перекладывание ее в правую руку в эстафетном беге 4 x 400 м. Совершенствование технике передачи эстафетной палочки на максимальной скорости.

Тема 8. Опорный прыжок.

Техника выполнения и методика обучения прыжку ноги врозь через гимнастического козла и коня.

Прыжок ноги врозь через коня в длину для мужчин и прыжок ноги врозь через коня в ширину для женщин.

Тема 9. Методика обучение технике эстафетного бега.

Методы, средства и задачи обучения эстафетному бегу. Последовательность изучения техники эстафетного бега на короткие, на средние и смешанные дистанции. Анализ, ошибки и оценки выполнения техники эстафетного бега 4x100 метров, на средние и смешанные дистанции. Подвижные игры для совершенствования координационных и скоростных способностей.

Тема 10. Упражнения на гимнастических снарядах.

Техника выполнения и методика обучения упражнениям на гимнастических снарядах: конь с ручками у мужчин и брусья разной высоты у женщин.

Конь с ручками: перемах одной, круг одной, махи в упоре, махи в упоре ноги врозь, скрещение прямое, разноименные круги из упора и упора сзади, соскок с выходом на тело и ручку.

Кольца: размахивания в висе, размахивания в висе на согнутых руках, вис согнувшись, вис прогнувшись, выкрут вперед согнувшись, соскок махом назад и соскок махом вперед.

Брусья разной высоты: подъем разгибом в упор на в/ж из вися присев на н/ж, оборот вперед в упоре ноги врозь, подъем одной на н/ж, спад назад с перемахом одной в вис лежа правой (левой).

Бревно: поворот кругом на одной ноге, прыжки: шагом, со сменой положения ног, стойка на лопатках, кувырки вперед и назад в порядке ознакомления, колесо на низком бревне в порядке ознакомления, соскок переворотом боком с поворотом с конца бревна.

Тема 11. Освоение техники и методика обучения спортивной ходьбы.

Обучение правильной работы таза, рук при спортивной ходьбе. Соблюдение двух опорного положения ног. Обучение технике ходьбы на дистанции. Исправление ошибок в технике: наклон туловища вперед или назад, согнутые ноги в фазе передней опоры, общая закрепощенность. Согласованность всех движений.

Тема 12. Упражнения на гимнастических снарядах.

Техника выполнения и методика обучения упражнениям на гимнастических снарядах. На перекладине у мужчин и бревне у женщин.

Упражнения на перекладине: размахивания в висе, повороты махом вперед в разный хват и хват сверху, подъемы: одной, двумя, разгибом; обороты: назад и вперед в упоре, назад и вперед в упоре ноги врозь.

Упражнения на бревне: поворот кругом на одной ноге, прыжки: шагом, со сменой положения ног, стойка на лопатках, кувырки вперед и назад в порядке ознакомления, колесо на низком бревне в порядке ознакомления, соскок переворотом боком с поворотом с конца бревна.

Тема 13. Совершенствование техники спортивной ходьбы. Методика обучения спортивной ходьбе.

Совершенствование техники спортивной ходьбы с различной скоростью, на вираже, по наклонной дорожке (вверх и вниз), по шоссе.

Методы, средства и задачи обучения спортивной ходьбе. Последовательность изучения техники спортивной ходьбы. Анализ, ошибки и оценки выполнения техники спортивной ходьбы. Подвижные игры для совершенствования скоростной выносливости

Тема 14. Упражнения на гимнастических снарядах.

Техника выполнения и методика обучения упражнениям на кольцах (мужчины) и брусьях разной высоты(женщины)

Кольца: размахивания в висе, размахивания в висе на согнутых руках, вис согнувшись, вис прогнувшись, выкрут вперед согнувшись, соскок махом назад и соскок махом вперед.

Брусья разной высоты: подъем разгибом в упор на в/ж из вися присев на н/ж, оборот вперед в упоре ноги врозь, подъем одной на н/ж, спад назад с перемахом одной в вис лежа правой (левой).

Тема 15. Обучение и совершенствование техники стоек и перемещений в гандболе.

Обучение и совершенствование техники перемещений. Ходьба, бег, прыжки. Перемещения скрестным шагом, спиной вперед. Обучения остановкам прыжком и двумя шагами перемещения в защитной стойке.

Тема 16. Техника плавания способом на боку.

Общая характеристика способа, положение тела и движение ногами. Движение руками и согласование работы рук с дыханием. Общее согласование движений.

Тема 17. Обучение технике владения мячом в гандболе. Техника ловли и передач мяча.

Обучение ловле и передаче мяча. Ловля - двумя руками, одной и двумя руками сверху, сбоку, одной и двумя руками с отскоком от пола. Передачи – толчком, кистью, с отскоком. Подвижные игры и эстафеты для совершенствования техники перемещений и остановок

Тема 18. Транспортировка пострадавшего и оказание первой помощи.

Последовательность действий при спасении тонущих. Спасательные средства и их применение. Преодоление водных преград.

Тема 19. Обучение и совершенствование техники владения мячом в гандболе. Обучение ведению мяча.

Обучение ведению мяча – одноударное, многоударное, по прямой, с изменением направления и скорости. Подвижные игры на закрепление техники ловли и передач мяча.

Тема 20. Упражнения для совершенствования техники спортивных способов плавания.

Упражнения, направленные на совершенствование различных фаз гребковых движений (захвата, подтягивания, отталкивания) при плавании кролем на груди и кролем на спине, совершенствование фазы проноса руки над водой при совершении гребка.

Тема 21. Обучение и совершенствование техники владения мячом гандбол. Обучение технике бросков мяча.

Обучение технике броска мяча в опорном положении, в прыжке, в падении, хлестом, толчком, штрафной бросок. Учебная игра.

Тема 22. Упражнения для совершенствования техники спортивных способов брасс и баттерфляй.

Упражнения, направленные на совершенствование различных фаз гребковых движений (захвата, подтягивания, отталкивания) при плавании способами брасс и баттерфляй, совершенствование фазы проноса руки над водой при совершении гребка. Выполнение S образной траектории подводной части гребка при плавании способом баттерфляй

Тема 23. Обучение технике игры вратаря.

Обучение технике стоек, перемещений. Противодействие и овладение мячом. Учебная игра.

Тема 24. Упражнения для развития темпа и силы гребка.

Плавание спортивными способами кроль на груди и кроль на спине с использованием специальных средств подготовки

Тема 25. Обучение технике защиты полевого игрока.

Обучение технике блокирования мяча и игрока, выбивание мяча. Подвижные игры в подготовке гандболистов.

Тема 26. Отработка подводной части дистанции в спортивных способах плавания.

Выполнение стартового прыжка с оптимальным углом входа в воду. Эффективность скольжения в воде после старта и поворота. Рациональное начало гребковых движений после прохождения подводной части дистанции.

Тема 27. Обучение начальным тактическим действиям полевого игрока в нападении.

Обучение индивидуальным действиям уходы, финты, с открытой позиции, с закрытой позиции.

Тема 28. Основы техники старта и поворота в спортивном плавании.

Выполнение старта с двух ног, выполнение легкоатлетического старта с колодок на плавательной тумбочке. Траектория прыжка, фаза полета и вхождения в воду

Тема 29. Лыжная подготовка. Классический лыжный ход. Соревновательная деятельность ходов.

Изучение нормативов по лыжным гонкам (классический лыжный ход). Контроль подготовленности студентов. Прием нормативов 3 и 5 км. Бег на время.

Тема 30. Лыжная подготовка. Совершенствование техники коньковых лыжных.

Упражнения для совершенствования техники коньковых ходов. Совершенствование подготовительных и подводящих упражнений для освоения техники конькового хода. Совершенствование переходов с одного хода на другой.

Тема 31. Лыжная подготовка. Коньковый лыжный ход. Соревновательная деятельность.

Изучение нормативов по лыжным гонкам (коньковый лыжный ход). Контроль подготовленности студентов. Прием нормативов 3 и 5 км. Бег на время

Тема 32. Лыжная подготовка. Свободный стиль катания.

Изучение восстановительных процедур после соревновательной деятельности. Свободное катание на лыжах (коньковый или классический ходы). Работа в первой зоне интенсивности.

Тема 33. Лыжная подготовка. Совершенствование техники коньковых лыжных.

Упражнения для совершенствования техники коньковых ходов. Совершенствование подготовительных и подводящих упражнений для освоения техники конькового хода. Совершенствование переходов с одного хода на другой.

Тема 34. Лыжная подготовка. Совершенствование техники классических лыжных ходов.

Упражнения для совершенствования техники классического хода. Совершенствование подготовительных и подводящих упражнений для освоения техники классического хода. Совершенствование переходов с одновременных ходов на попеременные и наоборот.

Тема 35. Промежуточная аттестация 1.

Для получения зачета по дисциплине требуется продемонстрировать достаточный уровень физической и технической подготовленности. Владеть методиками обучения отдельных упражнений из видов спорта. Уметь осуществлять планирование и проведение отдельных частей занятия по каждому виду спорта.

6 семестр

Тема 1. Горнолыжный спорт. Формирование технического арсенала горнолыжника.

Изучение стойки горнолыжника. Обучение технике спуска на горных лыжах в различных стойках. Выполнение поворотов в удобной стойке. Обучение принятию крайних положений в стойке. Наклоны вперед, назад. Учить раскрепощать стойку

Тема 2. Горнолыжный спорт. Способы спуска на горных лыжах. Исправление возникающих ошибок.

Изучение способов преодоления спусков, неровностей трассы. Изучение способов поворотов на месте и в движении, способов торможения. Исправление возможных ошибки при освоении техники, их причины и методика устранения. Индивидуализация тренировочного процесса с учетом индивидуальных особенностей студентов.

Тема 3. Горнолыжный спорт. Профилактика травматизма и правила поведения на горе и на подъемнике.

Соблюдение порядка и дисциплины на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях. Учет метеорологических условий и температурных норм при занятиях на горных лыжах.

Тема 4. Горнолыжный спорт. Совершенствование техники спуска на горных лыжах.

Формирование навыков методике обучения горнолыжной технике. Совершенствуется уровень подготовленности. Совершенствование ведущих двигательных качеств (скоростно-силовых, специальной выносливости, гибкости и координации движений), повышение функционального состояния систем, лимитирующей двигательную деятельность горнолыжников. Совершенствование технического мастерства студентов в упражнениях:

отработка прохождения отрезков трассы (резанные повороты, выход коньком, «змейка», «шпилька»).

Тема 5. Горнолыжный спорт. Способы спуска на горных лыжах. Исправление возникающих ошибок.

Совершенствование способов преодоления спусков, неровностей трассы. Изучение способов поворотов на месте и в движении, способов торможения. Исправление возможных ошибки при освоении техники, их причины и методика устранения. Индивидуализация тренировочного процесса с учетом индивидуальных особенностей студентов.

Тема 6. Методика проведения подвижных игр на занятиях 1-4 классов.

Методика проведения подвижных игр направленных на развитие физических качеств. В младшем школьном возрасте. Педагогический разбор проводимых игр (разработка учебной карточки, методика проведения).

Тема 7. Упражнения для совершенствования техники плавания.

Упражнения для различных фаз гребкового движения (захвата, подтягивания, отталкивания и проноса).

Тема 8. Методика проведения подвижных игр на занятиях 1-4 классов

Методика проведения подвижных игр направленных на развитие физических качеств. В младшем школьном возрасте. Педагогический разбор проводимых игр (разработка учебной карточки, методика проведения).

Тема 9. Совершенствование техники гребка.

Совершенствование техники S образной траектории гребкового движения под водой, при плавании кролем на груди, кролем на спине и способом баттерфляй.

Тема 10. Методика проведения подвижных игр на занятиях 5-9 классов.

Методика проведения подвижных игр направленных на развитие физических качеств. В среднем школьном возрасте. Педагогический разбор проводимых игр (разработка учебной карточки, методика проведения).

Тема 11. Методика развития темпа и силы гребка.

Плавания спортивными способами, заданных отрезков дистанции на скорость, с применением специальных средств.

Тема 12. Методика проведения подвижных игр на занятиях 5-9 классов.

Методика проведения подвижных игр направленных на развитие физических качеств. В среднем школьном возрасте. Педагогический разбор проводимых игр (разработка учебной карточки, методика проведения)

Тема 13. Отработка подводной части дистанции в спортивных способах плавания.

Выполнение стартового прыжка с оптимальным углом входа в воду. Эффективность скольжения в воде после стартового прыжка.

Тема 14. Методика проведения подвижных игр на занятиях 10-11 классов.

Методика проведения подвижных игр с элементами игровых видов спорта. В старшем школьном возрасте. Педагогический разбор проводимых игр (разработка учебной карточки, методика проведения)

Тема 15. Отработка подводной части дистанции в спортивных способах плавания.

Совершенствование скольжения под водой после выполнения поворота. Рациональное начало гребковых движений после прохождения подводной части и выхода на поверхность

Тема 16. Методика проведения подвижных игр для лиц с отклонением в состоянии здоровья.

Методика проведения подвижных игр для лиц с отклонением в состоянии здоровья. Педагогический разбор проводимых игр (разработка учебной карточки, методика проведения)

Тема 17. Техника стартового прыжка с тумбы.

Выполнение старта с двух ног, выполнения старта с колодок, выполнения старта кролем на спине с опоры. Траектория прыжка, фаза полета и вхождения в воду.

Тема 18. Методика проведения подвижных игр для лиц с отклонением в состоянии здоровья.

Методика проведения подвижных игр для лиц с отклонением в состоянии здоровья. Педагогический разбор проводимых игр (разработка учебной карточки, методика проведения).

Тема 19. Методика совершенствования поворотов в спортивных способах плавания.

Техника выполнения открытого, закрытого и скоростного поворотов в спортивных способах плавания. Повороты "маятником", кувырком вперед и с переворотом на грудь.

Тема 20. Освоение техники и методика обучения барьерного бега на 100 и 110 метров.

Обучение техники барьерного бега на 100 и 110 метров: переход через барьер в ходьбе, наклон туловища при преодолении барьера в сочетании с правильными движениями рук и ног, бег со старта до 1-го барьера и между барьерами в требуемом ритме. Пробегание трех барьеров в требуемом ритме.

Тема 21. Общеразвивающие упражнения.

Совершенствование проведения студентами общеразвивающих упражнений без предметов, поточным и проходным способом, с использованием гимнастического инвентаря, на гимнастической стенке или скамейке.

Тема 22. Совершенствование техники барьерного бега на 100 и 110 метров.

Совершенствование техники, улучшение быстроты и скорости в беге. Повышение эластичности мышц, подвижности в тазобедренных суставах, быстроты движений в барьерном беге. Воспитание смелости при преодолении барьеров с различной скоростью и ритмом.

Тема 23. Акробатические упражнения.

Совершенствование техники выполнения акробатических упражнений, пройденных на предыдущих семестрах: группировка, перекаты, мост, стойка на лопатках, стойка на голове, стойка на руках, кувырок вперед, длинный кувырок вперед, кувырок вперед прыжком, кувырок назад, кувырок назад прогнувшись через плечо, колесо. Разучивание упражнений: кувырок вперед из стойки на руках с прямыми ногами; кувырок назад в стойку на руках; переворот разгибом с головы; переворот вперед; фляк; рондат-фляк; сальто вперед и назад (в порядке ознакомления).

Тема 24. Освоение техники и методика обучения барьерного бега на 400 метров.

Обучение технике старта и стартового разбега в беге на 400 м с барьерами. Обучение ритму шагов в беге на 400 метров с барьерами по прямой дистанции. Обучение ритму шагов в беге на 400 метров с барьерами на вираже. Обучение технике преодоления барьера в беге на 400 м. Обучение технике финиширования в беге на 400 метров с барьерами

Тема 25. Акробатические упражнения.

Выполнение акробатических упражнений, пройденных на предыдущих семестрах: группировка, перекувырки, мост, стойка на лопатках, стойка на голове, стойка на руках, кувырок вперед, длинный кувырок вперед, кувырок вперед прыжком, кувырок назад, кувырок назад прогнувшись через плечо, колесо. Разучивание упражнений: кувырок вперед из стойки на руках с прямыми ногами; кувырок назад в стойку на руках; переворот разгибом с головы; переворот вперед; фляк; рондат-фляк; сальто вперед и назад (в порядке ознакомления).

Тема 26. Совершенствование техники барьерного бега на 400 метров.

Совершенствование техники старта и стартового разбега в беге на 400 м с барьерами. Совершенствование ритма шагов в беге на 400 метров с барьерами по прямой дистанции. Совершенствование ритма шагов в беге на 400 метров с барьерами на вираже. Совершенствование техники преодоления барьера в беге на 400 м. Совершенствование техники финиширования в беге на 400 метров с барьерами. Совершенствование специальной выносливости в беге по дистанции.

Тема 27. Упражнения на гимнастических снарядах.

Совершенствование техники и методики обучения элементам на гимнастических снарядах, пройденных на предыдущих семестрах.

мужчины упражнения на брусьях: размахивания в упоре, стойка на плечах махом и силой, подъем махом назад из упора на руках, подъем махом вперед из упора на руках, подъем разгибом из виса углом, соскок махом назад, соскок махом вперед с поворотом кругом, соскок боком.

женщины упражнения на брусьях разной высоты: подъем разгибом в упор на в/ж из виса присев на н/ж, оборот вперед в упоре ноги врозь, подъем одной на н/ж, спад назад с перемахом одной в вис лежа правой (левой).

Тема 28. Освоение техники и методики обучения бега с препятствиями.

Обучение техники преодоления препятствий способом «наступая». Обучение техники преодоления ямы с водой. Обучение технике преодоления препятствий барьерным шагом. Разбор типичных ошибок при выполнении: преодолении препятствий способом «наступая», преодолении ямы с водой, преодолении препятствий барьерным шагом.

Тема 29. Опорный прыжок.

Совершенствование техники и методики обучения опорным прыжкам.

Женщины: прыжок согнув ноги через гимнастического козла или коня, прыжок боком и углом.

Мужчины: прыжок ноги врозь и согнув ноги через гимнастического коня в длину.

Тема 30. Совершенствование техники бега с препятствиями.

Совершенствование техники преодоления препятствий способом «наступая». Совершенствование техники преодоления ямы с водой. Совершенствование техники преодоления препятствий барьерным шагом.

Тема 31. Гимнастика.

Проведение отдельных частей урока по заданию преподавателя.

1. Составить план-конспект отдельных частей урока по заданию преподавателя и провести с группой студентов.

2. Освоить приемы страховки при обучении упражнениям на гимнастических снарядах.

Тема 32. Методика обучения технике барьерного бега.

Методы, средства и задачи обучения барьерного бега. Последовательность изучения техники барьерного бега. Анализ, ошибки и оценки выполнения техники барьерного бега. Подвижные игры для совершенствования скоростных способностей.

Тема 33. Гимнастическое многоборье.

1. Практическое выполнения упражнений гимнастического многоборья юношеского и III разряда классификационной программы категории «Б» (массовая гимнастика) на учебных соревнованиях.

Тема 34. Промежуточная аттестация 1.

Для получения зачета по дисциплине требуется продемонстрировать достаточный уровень физической и технической подготовленности. Владеть методиками обучения отдельных упражнений из видов спорта. Уметь осуществлять планирование и проведение отдельных частей занятия по каждому виду спорта.

7 семестр

Тема 1. Освоение техники и методика обучения метаний способом «Бросок из-за головы».

Обучение технике держанию копья, гранаты, малого мяча и метанию их в цель. Обучение технике метания копья, гранаты, малого мяча с места. Обучение технике метания копья, гранаты, малого мяча с нескольких бросковых шагов. Обучение технике метания копья, гранаты, малого мяча с укороченного разбега.

Тема 2. Особенности организации и проведения соревнований по волейболу.

Проведение соревнований по волейболу внутри учебной группы. Выполнение обязанностей судей, секретарей.

Тема 3. Акробатические упражнения.

Повторение ранее изученных акробатических упражнений. группировка, перекаты, мост, стойка на лопатках, стойка на голове, стойка на руках, кувырок вперед, длинный кувырок вперед, кувырок вперед прыжком, кувырок назад, кувырок назад прогнувшись через плечо, колесо. Разучивание упражнений: кувырок вперед из стойки на руках с прямыми ногами; кувырок назад в стойку на руках; переворот разгибом с головы; переворот вперед; фляк; рондат-фляк; сальто вперед и назад (в порядке ознакомления).

Тема 4. Совершенствование техники метаний способом «Бросок из-за головы».

Совершенствование элементов техники метаний: техника разбега. Совершенствование техники выполнения скрестного шага и положения руки (натянутого лука). Совершенствование техники метания копья, гранаты, малого мяча с полного разбега. Развитие силы мышц разгибателей ног, мышц живота, разгибателей туловища, разгибателей и сгибателей предплечья, сгибателей кисти.

Тема 5. Методы обучения в плавании.

Практический, наглядный и словесные методы обучения.

Тема 6. Освоение техники и методика обучения метаний способом «С поворотом».

Обучение держанию и выпуску диска. Обучение финальному движению в метании диска. Обучение выполнения поворота, разгона снаряда, фазы финального усилия и выпуска снаряда. Разбор типичных ошибок при выполнении: держание снаряда, поворота, разгона снаряда, фазы финального усилия и выпуска снаряда.

Тема 7. Гимнастика.

Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя.

T-1. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов.

Обучение группировке, перекатам в группировке.

Развитие гибкости.

T-2. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.

Обучение кувырку вперед.

Развитие силовых способностей.

T-3. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.

Обучение стойке на лопатках.

Развитие выносливости.

T-4. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.

Обучение кувырку назад.

Развитие скоростно-силовых способностей.

T-5. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.

Обучение стойке на голове.

Развитие силовых способностей.

T-6. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.

Обучение перевороту боком (колесу).

Развитие скоростных способностей.

T-7. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.

Обучение опорному прыжку через козла – вскоку в упор присев и соскоку прогнувшись.

Развитие силовых способностей.

T-8. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.

Обучение лазанью по канату в 3 приема и в 2 приема.

Развитие гибкости.

T-9. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими скакалками.

Обучение прыжку углом с косого разбега.

Развитие скоростных способностей.

T-10. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов поточным способом.

Обучение прыжку боком.

Развитие выносливости.

T-11. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.

Обучение обороту назад в упоре на перекладине.

Развитие координационных способностей.

T-12. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.

Обучение размахиваниям в упоре на брусьях.

Развитие силовых способностей.

T-13. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.

Обучение стойке на плечах на брусьях.

Развитие скоростно-силовых способностей.

T-14. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.

Обучение подъему махом вперед из упора на руках на брусьях.

Развитие гибкости.

T-15. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.

Обучение размахиваниям изгибами в висе на перекладине.

Развитие скоростных способностей.

T-16. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.

Обучение прыжку ноги врозь через козла.

Развитие гибкости.

T-17. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.

Обучение шагам галопа и польки.

Развитие координационных способностей.

T-18. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.

Обучение подъему разгибом на перекладине.

Развитие силовых способностей.

Тема 8. Совершенствование техники метаний способом «С поворотом».

Совершенствование держания и выпуска диска. Совершенствование финального движения в метании диска. Совершенствование выполнения поворота, разгона снаряда, фазы финального усилия и выпуска снаряда. Броски снарядов разного веса и разной интенсивности.

Подвижные игры на развитие специальной выносливости.

Тема 9. Способы и приемы при построении учебного и тренировочного занятия по плаванию.

Способы и приемы работы, преподавателя, тренера, инструктора при организации занятия на воде. Особенности, положительные и отрицательные моменты тех или иных методов обучения.

Тема 10. Освоение техники и методика обучения метаний способом «Толчком».

Обучение держанию и выпуску ядра. Обучение финальному движению в толкании ядра. Обучение технике финального усилия в толкании ядра. Обучение технике скачка. Обучение технике толкания ядра со скачка. Разбор типичных ошибок при выполнении: держания снаряда, выпуске ядра, выполнении финального движению в толкании.

Тема 11. Гимнастика.

Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя.

T-1. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов.

Обучение группировке, перекатам в группировке.

Развитие гибкости.

T-2. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.

Обучение кувырку вперед.

Развитие силовых способностей.

T-3. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.

Обучение стойке на лопатках.

Развитие выносливости.

T-4. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.

Обучение кувырку назад.

Развитие скоростно-силовых способностей.

- T-5. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на голове.
Развитие силовых способностей.
- T-6. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.
Обучение перевороту боком (колесу).
Развитие скоростных способностей.
- T-7. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение опорному прыжку через козла – вскоку в упор присев и соскоку прогнувшись.
Развитие силовых способностей.
- T-8. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение лазанью по канату в 3 приема и в 2 приема.
Развитие гибкости.
- T-9. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими скакалками.
Обучение прыжку углом с косого разбега.
Развитие скоростных способностей.
- T-10. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов поточным способом.
Обучение прыжку боком.
Развитие выносливости.
- T-11. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение обороту назад в упоре на перекладине.
Развитие координационных способностей.
- T-12. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение размахиваниям в упоре на брусьях.
Развитие силовых способностей.
- T-13. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на плечах на брусьях.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- T-14. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение подъему махом вперед из упора на руках на брусьях.
Развитие гибкости.
- T-15. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение размахиваниям изгибами в висе на перекладине.
Развитие скоростных способностей.
- T-16. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение прыжку ноги врозь через козла.
Развитие гибкости.
- T-17. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.
Обучение шагам галопа и польки.
Развитие координационных способностей.
- T-18. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение подъему разгибом на перекладине.
Развитие силовых способностей.

Тема 12. Совершенствование техники метаний способом «Толчком».

Совершенствование техники держанию и выпуску ядра. Совершенствование техники финального движения в толкании ядра. Совершенствование техники финального усилия в толкании ядра. Совершенствование техники скачка. Совершенствование техники толкания ядра со скачка.

Тема 13. Общеразвивающие, специальные и имитационные упражнения в плавании.

Характеристика и направленность упражнений.

Тема 14. Методика обучения техники. Организация и проведение подвижных игр для легкоатлетических метаний.

Методы, средства и задачи обучения метаниям. Последовательность изучения техники различных видов метаний. Анализ, ошибки и оценки выполнения техники различных видов метаний. Подвижные игры для совершенствования силы и скоростно-силовых способностей.

Тема 15. Гимнастика.

Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя.

Т-1. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов.

Обучение группировке, перекатам в группировке.

Развитие гибкости.

Т-2. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.

Обучение кувырку вперед.

Развитие силовых способностей.

Т-3. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.

Обучение стойке на лопатках.

Развитие выносливости.

Т-4. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.

Обучение кувырку назад.

Развитие скоростно-силовых способностей.

Т-5. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.

Обучение стойке на голове.

Развитие силовых способностей.

Т-6. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.

Обучение перевороту боком (колесу).

Развитие скоростных способностей.

Т-7. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.

Обучение опорному прыжку через козла – вскоку в упор присев и соскоку прогнувшись.

Развитие силовых способностей.

Т-8. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.

Обучение лазанью по канату в 3 приема и в 2 приема.

Развитие гибкости.

Т-9. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими скакалками.

Обучение прыжку углом с косого разбега.

Развитие скоростных способностей.

T-10. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов поточным способом.

Обучение прыжку боком.

Развитие выносливости.

T-11. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.

Обучение обороту назад в упоре на перекладине.

Развитие координационных способностей.

T-12. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.

Обучение размахиваниям в упоре на брусьях.

Развитие силовых способностей.

T-13. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.

Обучение стойке на плечах на брусьях.

Развитие скоростно-силовых способностей.

T-14. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.

Обучение подъему махом вперед из упора на руках на брусьях.

Развитие гибкости.

T-15. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.

Обучение размахиваниям изгибами в висе на перекладине.

Развитие скоростных способностей.

T-16. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.

Обучение прыжку ноги врозь через козла.

Развитие гибкости.

T-17. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.

Обучение шагам галопа и польки.

Развитие координационных способностей.

T-18. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.

Обучение подъему разгибом на перекладине.

Развитие силовых способностей.

Тема 16. Методика обучения техники. Организация и проведение подвижных игр для легкоатлетических метаний.

Методы, средства и задачи обучения метаниям. Последовательность изучения техники различных видов метаний. Анализ, ошибки и оценки выполнения техники различных видов метаний. Подвижные игры для совершенствования силы и скоростно-силовых способностей.

Тема 17. Методика применения подготовительных упражнений в плавании.

Задачи подготовительных упражнений, освоение положения тела пловца, формирование комплекса важных рефлексов, устранения страха перед водой.

Тема 18. Методика обучения техники. Организация и проведение подвижных игр для легкоатлетических метаний.

Методы, средства и задачи обучения метаниям. Последовательность изучения техники различных видов метаний. Анализ, ошибки и оценки выполнения техники различных видов метаний. Подвижные игры для совершенствования силы и скоростно-силовых способностей.

Тема 19. Гимнастика.

Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя.

- T-1. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов.
Обучение группировке, перекатам в группировке.
Развитие гибкости.
- T-2. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение кувырку вперед.
Развитие силовых способностей.
- T-3. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение стойке на лопатках.
Развитие выносливости.
- T-4. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение кувырку назад.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- T-5. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на голове.
Развитие силовых способностей.
- T-6. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.
Обучение перевороту боком (колесу).
Развитие скоростных способностей.
- T-7. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение опорному прыжку через козла – вскоку в упор присев и соскоку прогнувшись.
Развитие силовых способностей.
- T-8. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение лазанью по канату в 3 приема и в 2 приема.
Развитие гибкости.
- T-9. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими скакалками.
Обучение прыжку углом с косого разбега.
Развитие скоростных способностей.
- T-10. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов поточным способом.
Обучение прыжку боком.
Развитие выносливости.
- T-11. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение обороту назад в упоре на перекладине.
Развитие координационных способностей.
- T-12. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение размахиваниям в упоре на брусьях.
Развитие силовых способностей.
- T-13. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на плечах на брусьях.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- T-14. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение подъему махом вперед из упора на руках на брусьях.
Развитие гибкости.
- T-15. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение размахиваниям изгибами в висе на перекладине.
Развитие скоростных способностей.
- T-16. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение прыжку ноги врозь через козла.

Развитие гибкости.

T-17. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.

Обучение шагам галопа и польки.

Развитие координационных способностей.

T-18. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.

Обучение подъему разгибом на перекладине.

Развитие силовых способностей.

Тема 20. Методика обучения техники. Организация и проведение подвижных игр для легкоатлетических метаний.

Методы, средства и задачи обучения метаниям. Последовательность изучения техники различных видов метаний. Анализ, ошибки и оценки выполнения техники различных видов метаний. Подвижные игры для совершенствования силы и скоростно-силовых способностей.

Тема 21. Планирование и проведение занятий по плаванию.

Разработка планов-конспектов отдельных частей занятий, решение поставленных задач.

Тема 22. Гимнастика.

Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя.

T-1. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов.

Обучение группировке, перекатам в группировке.

Развитие гибкости.

T-2. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.

Обучение кувырку вперед.

Развитие силовых способностей.

T-3. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.

Обучение стойке на лопатках.

Развитие выносливости.

T-4. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.

Обучение кувырку назад.

Развитие скоростно-силовых способностей.

T-5. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.

Обучение стойке на голове.

Развитие силовых способностей.

T-6. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.

Обучение перевороту боком (колесу).

Развитие скоростных способностей.

T-7. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.

Обучение опорному прыжку через козла – вскоку в упор присев и соскоку прогнувшись.

Развитие силовых способностей.

T-8. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.

Обучение лазанью по канату в 3 приема и в 2 приема.

Развитие гибкости.

T-9. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими скакалками.

Обучение прыжку углом с косого разбега.

Развитие скоростных способностей.

- T-10. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов поточным способом.
Обучение прыжку боком.
Развитие выносливости.
- T-11. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение обороту назад в упоре на перекладине.
Развитие координационных способностей.
- T-12. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение размахиваниям в упоре на брусьях.
Развитие силовых способностей.
- T-13. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на плечах на брусьях.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- T-14. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение подъему махом вперед из упора на руках на брусьях.
Развитие гибкости.
- T-15. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение размахиваниям изгибами в вися на перекладине.
Развитие скоростных способностей.
- T-16. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение прыжку ноги врозь через козла.
Развитие гибкости.
- T-17. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.
Обучение шагам галопа и польки.
Развитие координационных способностей.
- T-18. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение подъему разгибом на перекладине.
Развитие силовых способностей.

Тема 23. Методика обучения стойкам, остановкам, перемещениям в волейболе.

Методика обучения технике стоек, перемещений, поворотов. Подвижные игры и эстафеты для младшего школьного возраста.

Тема 24. Подготовка и проведение учебного занятия по плаванию.

Задачи и состав физических упражнений, деятельность педагога на уроке (анализ).

Тема 25. Гимнастика.

Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя.

- T-1. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов.
Обучение группировке, перекатам в группировке.
Развитие гибкости.
- T-2. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение кувырку вперед.
Развитие силовых способностей.
- T-3. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение стойке на лопатках.
Развитие выносливости.
- T-4. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение кувырку назад.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- T-5. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.

- Обучение стойке на голове.
Развитие силовых способностей.
- Т-6. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.
Обучение перевороту боком (колесу).
Развитие скоростных способностей.
- Т-7. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение опорному прыжку через козла – вскоку в упор присев и соскоку прогнувшись.
Развитие силовых способностей.
- Т-8. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение лазанью по канату в 3 приема и в 2 приема.
Развитие гибкости.
- Т-9. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими скакалками.
Обучение прыжку углом с косога разбега.
Развитие скоростных способностей.
- Т-10. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов поточным способом.
Обучение прыжку боком.
Развитие выносливости.
- Т-11. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение обороту назад в упоре на перекладине.
Развитие координационных способностей.
- Т-12. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение размахиваниям в упоре на брусках.
Развитие силовых способностей.
- Т-13. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на плечах на брусках.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- Т-14. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение подъему махом вперед из упора на руках на брусках.
Развитие гибкости.
- Т-15. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение размахиваниям изгибами в висе на перекладине.
Развитие скоростных способностей.
- Т-16. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение прыжку ноги врозь через козла.
Развитие гибкости.
- Т-17. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.
Обучение шагам галопа и польки.
Развитие координационных способностей.
- Т-18. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение подъему разгибом на перекладине.
Развитие силовых способностей.

Тема 26. Методика обучения технике защиты. Прием мяча снизу, нижняя прямая подача.

Методика обучения технике приема и передачи мяча снизу на начальном этапе подготовке. Методика обучения технике нижней прямой подачи на начальном этапе подготовке. Подвижные игры и эстафеты для младшего школьного возраста.

Тема 27. Подготовка и проведение тренировочного занятия по плаванию.

Задачи и состав физических упражнений, деятельность тренера при проведении тренировочного занятия (анализ).

Тема 28. Гимнастика.

Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя.

- T-1. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов.
Обучение группировке, перекатам в группировке.
Развитие гибкости.
- T-2. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение кувырку вперед.
Развитие силовых способностей.
- T-3. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение стойке на лопатках.
Развитие выносливости.
- T-4. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение кувырку назад.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- T-5. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на голове.
Развитие силовых способностей.
- T-6. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.
Обучение перевороту боком (колесу).
Развитие скоростных способностей.
- T-7. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение опорному прыжку через козла – вскоку в упор присев и соскоку прогнувшись.
Развитие силовых способностей.
- T-8. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение лазанью по канату в 3 приема и в 2 приема.
Развитие гибкости.
- T-9. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими скакалками.
Обучение прыжку углом с косого разбега.
Развитие скоростных способностей.
- T-10. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов поточным способом.
Обучение прыжку боком.
Развитие выносливости.
- T-11. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение обороту назад в упоре на перекладине.
Развитие координационных способностей.
- T-12. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение размахиваниям в упоре на брусьях.
Развитие силовых способностей.
- T-13. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на плечах на брусьях.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- T-14. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение подъему махом вперед из упора на руках на брусьях.
Развитие гибкости.
- T-15. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение размахиваниям изгибами в висе на перекладине.

Развитие скоростных способностей.

Т-16. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.

Обучение прыжку ноги врозь через козла.

Развитие гибкости.

Т-17. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.

Обучение шагам галопа и польки.

Развитие координационных способностей.

Т-18. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.

Обучение подъему разгибом на перекладине.

Развитие силовых способностей.

Тема 29. Методика обучения технике защиты. Прием мяча снизу, нижняя прямая подача.

Методика обучения технике приема и передачи мяча снизу на начальном этапе подготовке. Методика обучения технике нижней прямой подачи на начальном этапе подготовке. Подвижные игры и эстафеты для младшего школьного возраста.

Тема 30. Подготовка и проведение занятий по плаванию в детском лагере.

Организация и проведение праздника на воде.

Тема 31. Гимнастика.

Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя.

Т-1. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов.

Обучение группировке, перекатам в группировке.

Развитие гибкости.

Т-2. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.

Обучение кувырку вперед.

Развитие силовых способностей.

Т-3. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.

Обучение стойке на лопатках.

Развитие выносливости.

Т-4. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.

Обучение кувырку назад.

Развитие скоростно-силовых способностей.

Т-5. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.

Обучение стойке на голове.

Развитие силовых способностей.

Т-6. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.

Обучение перевороту боком (колесу).

Развитие скоростных способностей.

Т-7. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.

Обучение опорному прыжку через козла – вскоку в упор присев и соскоку прогнувшись.

Развитие силовых способностей.

Т-8. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.

Обучение лазанью по канату в 3 приема и в 2 приема.

Развитие гибкости.

Т-9. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими скакалками.

Обучение прыжку углом с косого разбега.

Развитие скоростных способностей.

- T-10. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов поточным способом.
Обучение прыжку боком.
Развитие выносливости.
- T-11. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение обороту назад в упоре на перекладине.
Развитие координационных способностей.
- T-12. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение размахиваниям в упоре на брусьях.
Развитие силовых способностей.
- T-13. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на плечах на брусьях.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- T-14. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение подъему махом вперед из упора на руках на брусьях.
Развитие гибкости.
- T-15. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение размахиваниям изгибами в вися на перекладине.
Развитие скоростных способностей.
- T-16. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение прыжку ноги врозь через козла.
Развитие гибкости.
- T-17. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.
Обучение шагам галопа и польки.
Развитие координационных способностей.
- T-18. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение подъему разгибом на перекладине.
Развитие силовых способностей.

Тема 32. Методика обучения технике нападения. Передача сверху двумя руками.

Методика обучения технике передачи мяча сверху двумя руками на начальном этапе подготовки. Методика обучения технике верхней прямой подачи на начальном этапе подготовки. Подвижные игры и эстафеты для среднего школьного возраста.

Тема 33. Организация и проведение соревнований по плаванию.

Проведение мини соревнования среди студентов.

Тема 34. Лыжные гонки. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Правила соревнований.

Проведение соревнований различного уровня в соответствии с правилами соревнований. Изучение правил соревнований по лыжным гонкам и биатлону.

Тема 35. Методика обучения технике нападения. Передача сверху двумя руками.

Методика обучения технике передачи мяча сверху двумя руками на начальном этапе подготовки. Методика обучения технике верхней прямой подачи на начальном этапе подготовки. Подвижные игры и эстафеты для среднего школьного возраста.

Тема 36. Лыжные гонки. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Документация.

Работа с нормативными документами для организации и проведения соревнований по дисциплинам лыжного спорта. Календарь соревнований, положение о соревнованиях, заявки, личные карточки, стартовый протокол, протоколах результатов соревнований.

Тема 37. Методика обучения технике защиты в волейболе.

Методика обучения технике блока (одиночный, групповой) на начальном этапе обучения. Эстафеты и подвижные игры, для старшего школьного возраста.

Тема 38. Лыжные гонки. Традиционные и инновационные средства коммуникации в учебно-тренировочном процессе подготовки лыжников – гонщиков.

Работа с мониторами сердечного ритма (MCP) в том числе с функцией GPS, таймер-тренера, приборы для определения силы трения лыж о снег и др.

Тема 39. Лыжные гонки. Инновационные средства коммуникации в учебно-тренировочном процессе.

Использование электронного хронометража и Интернет-ресурсов в подготовке и проведении соревнований.

Тема 40. Методика обучения технике нападения. Атакующий удар.

Методика обучения прямому нападающему удару. Методика обучения разбегу для нападающего удара. Взаимодействия игроков зоны 3-2, 3-4. Игра 2x2.

Тема 41. Лыжные гонки. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Проведение соревнований по лыжному спорту.

Проведение соревнований различного уровня в соответствии с правилами соревнований. Знание правил соревнований по лыжным гонкам и биатлону. Судейская практика студентов. Основные положения организации и проведения соревнований по лыжным видам спорта (виды и характеристика соревнований, документальное оформление соревнований, подготовка и работа судейской коллегии). Непосредственная организация и проведение соревнований возлагаются на судейскую коллегию, которая комплектуется в соответствии с правилами соревнований.

Тема 42. Лыжные гонки. Традиционные и инновационные средства коммуникации в учебно-тренировочном процессе подготовки лыжников – гонщиков.

Совершенствование навыков работы с мониторами сердечного ритма (MCP) в том числе с функцией GPS, таймер-тренера, приборы для определения силы трения лыж о снег и др.

Тема 43. Методика обучения технике нападения. Атакующий удар.

Методика обучения прямому нападающему удару. Обучение ударному движению. Взаимодействия игроков зоны 3-2, 3-4. Игра 2x2.

Тема 44. Лыжные гонки. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Проведение соревнований по лыжному спорту.

Совершенствование навыков проведения соревнований различного уровня в соответствии с правилами соревнований. Знание правил соревнований по лыжным гонкам и биатлону. Судейская практика студентов.

Тема 45. Лыжные гонки. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Проведение соревнований по лыжному спорту.

Совершенствование навыков проведения соревнований различного уровня в соответствии с правилами соревнований. Знание правил соревнований по лыжным гонкам и биатлону. Судейская практика студентов.

Тема 46. Методика обучения технике нападения. Атакующий удар.

Методика обучения прямому нападающему удару. Взаимодействия игроков зоны 3-2, 3-4. Игра 2x2.

Тема 47. Лыжные гонки. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Проведение соревнований по лыжному спорту.

Совершенствование навыков проведения соревнований различного уровня в соответствии с правилами соревнований. Знание правил соревнований по лыжным гонкам и биатлону. Судейская практика студентов.

Тема 48. Лыжные гонки. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Проведение соревнований по лыжному спорту.

Совершенствование навыков проведения соревнований различного уровня в соответствии с правилами соревнований. Знание правил соревнований по лыжным гонкам и биатлону. Судейская практика студентов.

Тема 49. Промежуточная аттестация 1.

Для получения зачета по дисциплине требуется продемонстрировать достаточный уровень физической и технической подготовленности. Владеть методиками обучения отдельных упражнений из видов спорта. Уметь осуществлять планирование и проведение отдельных занятий по заданию преподавателя в каждом виде спорта.

8 семестр

Тема 1. Горнолыжный спорт. Техническая подготовка сноубордиста.

Техническая подготовка сноубордиста. Характеристика технической подготовки в сноубординге. Нарботка техни-ческого мастерства учеников в упражнениях: отработка прохождения отрезков трассы (резаные повороты). Освоение упражнений техники: стойки, торможения, поворотов, выполнение упражнения на равновесие. Обучающие программы для освоения техники.

Тема 2. Методика обучения стойкам, поворота, остановкам перемещениям в баскетболе.

Методика обучения технике стойки, остановок, перемещений, поворотов.

Тема 3. Горнолыжный спорт. Совершенствование технической подготовки в сноубординге.

Совершенствование техни-ческого мастерства студентов, отработка прохождения отрезков трассы (резаные повороты). Прохождение дистанции змейкой, от края до края трассы.

Тема 4. Горнолыжный спорт. Совершенствование технической подготовки в сноубординге.

Совершенствование технической подготовки. Совершенствование техни-ческого мастерства студентов, отработка прохождения отрезков трассы (резаные повороты). Совершенствование упражнений техники: стойки. Исправление возникающих ошибок при освоении техники, их причины и методика устранения.

Тема 5. Методика обучения технике владения мячом. Ведение мяча. Бросок в движении.

Методика обучения технике ведения, броска в движении на тренировочном этапе. Групповые взаимодействия 2х2, 3х3.

Тема 6. Горнолыжный спорт. Совершенствование технической подготовки в сноубординге.

Совершенствование технической подготовки. Совершенствование техни-ческого мастерства студентов, отработка прохождения отрезков трассы (резаные повороты).

Совершенствование упражнений техники: торможения. Исправление возникающих ошибок при освоении техники, их причины и методика устранения.

Тема 7. Горнолыжный спорт. Совершенствование технической подготовки в сноубординге.

Совершенствование технической подготовки. Совершенствование технического мастерства студентов, отработка прохождения отрезков трассы (резаные повороты). Совершенствование упражнений техники: поворотов, выполнение упражнения на равновесие. Исправление возникающих ошибок при освоении техники, их причины и методика устранения.

Тема 8. Методика обучения технике владения мячом.

Методика обучения технике передач, бросков на тренировочном этапе. Групповые взаимодействия 2х2.

Тема 9. Горнолыжный спорт. Совершенствование техники спуска на сноуборде.

Формирование навыков методике обучения горнолыжной технике. Совершенствуется уровень подготовленности. Совершенствование ведущих двигательных качеств (скоростно-силовых, специальной выносливости, гибкости и координации движений), повышение функционального состояния систем, лимитирующей двигательную деятельность сноубордистов. Совершенствование технического мастерства студентов в упражнениях: отработка прохождения отрезков трассы.

Тема 10. Лыжная подготовка. Техника коньковых лыжных ходов.

Совершенствование техники конькового хода. Совершенствование движений руками и ногами. Совершенствование толчка ног. Совершенствование толчка руками. Работа над маховыми движениями руками и ногами. Исправление ошибок в технике. Совершенствование возможности использования хода в зависимости от рельефа местности и погодных условий.

Тема 11. Методика обучения овладению мячом в баскетболе.

Методика обучения технике вырывания, выбивания мяча. Взаимодействия игроков 1х1.

Тема 12. Лыжная подготовка. Техника классических лыжных ходов.

Совершенствование техники классического хода. Совершенствование движений руками и ногами. Совершенствование толчка ног. Совершенствование толчка руками. Работа над маховыми движениями руками и ногами. Исправление ошибок в технике. Совершенствование возможности использования хода в зависимости от рельефа местности и погодных условий.

Тема 13. Баскетбол.

Совершенствование техники передач, бросков на тренировочном этапе. Групповые взаимодействия 1х1, 2х2.

Тема 14. Лыжная подготовка. Тестирование.

Выполнение норматива - бег на лыжах. Девушки 3 км, юноши 5 км.

Тема 15. Совершенствование техники плавания кролем на груди и кролем на спине.

Совершенствование техники плавания параллельным способом.

Плавание отрезков 50,75,100,150,200 м повторным методом. Плавание на скорости чередуя спортивные стили серию 6-8х25 м.

Тема 16. Методика обучения технико-тактическим действиям в нападении.

Методика обучения групповым взаимодействиям «Малая восьмерка», «Тройка» Судейство. Учебная игра 3х3. Методика обучения групповым взаимодействиям «Подстраховка», «Переключение» Судейство. Учебная игра 3х3.

Тема 17. Гимнастика.

Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя.

- T-1. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов.
Обучение группировке, перекатам в группировке.
Развитие гибкости.
- T-2. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение кувырку вперед.
Развитие силовых способностей.
- T-3. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение стойке на лопатках.
Развитие выносливости.
- T-4. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение кувырку назад.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- T-5. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на голове.
Развитие силовых способностей.
- T-6. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.
Обучение перевороту боком (колесу).
Развитие скоростных способностей.
- T-7. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение опорному прыжку через козла – вскоку в упор присев и соскоку прогнувшись.
Развитие силовых способностей.
- T-8. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение лазанью по канату в 3 приема и в 2 приема.
Развитие гибкости.
- T-9. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими скакалками.
Обучение прыжку углом с косога разбега.
Развитие скоростных способностей.
- T-10. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов поточным способом.
Обучение прыжку боком.
Развитие выносливости.
- T-11. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение обороту назад в упоре на перекладине.
Развитие координационных способностей.
- T-12. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение размахиваниям в упоре на брусках.
Развитие силовых способностей.
- T-13. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на плечах на брусках.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- T-14. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение подъему махом вперед из упора на руках на брусках.
Развитие гибкости.
- T-15. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.

Обучение размахиваниям изгибами в висе на перекладине.

Развитие скоростных способностей.

Т-16. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.

Обучение прыжку ноги врозь через козла.

Развитие гибкости.

Т-17. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.

Обучение шагам галопа и польки.

Развитие координационных способностей.

Т-18. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.

Обучение подъему разгибом на перекладине.

Развитие силовых способностей.

Тема 18. Совершенствование техники плавания способом брасс, старта и поворота.

Совершенствование техники плавания способом брасс:

-плавание по элементам (при помощи рук и при помощи ног)

-выполнение комбинированных упражнений типа: руки- брасс/ноги -кроль на груди, руки брасс/ноги баттерфляй

-плавание отрезков дистанций 25,50,75,100 м в сериях 6-8x25, 6-8x50, 4-6x75, 4-6x100 в разных пульсовых режимах

-отработка поворотов на дистанции, совершенствование старта

Тема 19. Методика обучения групповым тактическим взаимодействиям.

Методика обучения групповым взаимодействиям «Подстраховка», «Переключение» Судейство. Учебная игра 3x3.

Тема 20. Методико-практическое занятие.

Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя.

Т-1. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов.

Обучение группировке, перекатам в группировке.

Развитие гибкости.

Т-2. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.

Обучение кувырку вперед.

Развитие силовых способностей.

Т-3. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.

Обучение стойке на лопатках.

Развитие выносливости.

Т-4. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.

Обучение кувырку назад.

Развитие скоростно-силовых способностей.

Т-5. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.

Обучение стойке на голове.

Развитие силовых способностей.

Т-6. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.

Обучение перевороту боком (колесу).

Развитие скоростных способностей.

Т-7. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.

Обучение опорному прыжку через козла – вскоку в упор присев и соскоку прогнувшись.

Развитие силовых способностей.

Т-8. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.

- Обучение лазанью по канату в 3 приема и в 2 приема.
Развитие гибкости.
- T-9. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими скакалками.
Обучение прыжку углом с косого разбега.
Развитие скоростных способностей.
- T-10. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов поточным способом.
Обучение прыжку боком.
Развитие выносливости.
- T-11. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение обороту назад в упоре на перекладине.
Развитие координационных способностей.
- T-12. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение размахиваниям в упоре на брусьях.
Развитие силовых способностей.
- T-13. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на плечах на брусьях.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- T-14. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение подъему махом вперед из упора на руках на брусьях.
Развитие гибкости.
- T-15. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение размахиваниям изгибами в висе на перекладине.
Развитие скоростных способностей.
- T-16. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение прыжку ноги врозь через козла.
Развитие гибкости.
- T-17. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.
Обучение шагам галопа и польки.
Развитие координационных способностей.
- T-18. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение подъему разгибом на перекладине.
Развитие силовых способностей.

Тема 21. Совершенствование техники плавания способом баттерфляй.

- выполнение специальных упражнений для тренировки подводной части дистанции;
- выполнение упражнений, направленных на совершенствование подводной траектории гребка, одновременного проноса рук над водой;
- комбинированные упражнения типа: руки баттерфляй/ноги кроль на груди, руки кроль на груди/ноги баттерфляй, руки баттерфляй/ноги брасс
- повторное плавание отрезков дистанций 25,50 м.

Тема 22. Методика обучения технике защиты.

Методик обучения технике перехвата мяча, блокирования мяча. Взаимодействия игроков 3х3, 2х2.

Тема 23. «Методико-практическое занятие»

Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя.

- T-1. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов.
Обучение группировке, перекатам в группировке.
Развитие гибкости.

- Т-2. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение кувырку вперед.
Развитие силовых способностей.
- Т-3. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение стойке на лопатках.
Развитие выносливости.
- Т-4. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение кувырку назад.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- Т-5. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на голове.
Развитие силовых способностей.
- Т-6. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.
Обучение перевороту боком (колесу).
Развитие скоростных способностей.
- Т-7. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение опорному прыжку через козла – вскоку в упор присев и соскоку прогнувшись.
Развитие силовых способностей.
- Т-8. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение лазанью по канату в 3 приема и в 2 приема.
Развитие гибкости.
- Т-9. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими скакалками.
Обучение прыжку углом с косога разбега.
Развитие скоростных способностей.
- Т-10. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов поточным способом.
Обучение прыжку боком.
Развитие выносливости.
- Т-11. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение обороту назад в упоре на перекладине.
Развитие координационных способностей.
- Т-12. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение размахиваниям в упоре на брусьях.
Развитие силовых способностей.
- Т-13. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на плечах на брусьях.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- Т-14. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение подъему махом вперед из упора на руках на брусьях.
Развитие гибкости.
- Т-15. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение размахиваниям изгибами в висе на перекладине.
Развитие скоростных способностей.
- Т-16. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение прыжку ноги врозь через козла.
Развитие гибкости.
- Т-17. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.
Обучение шагам галопа и польки.
Развитие координационных способностей.
- Т-18. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.

Обучение подъему разгибом на перекладине.
Развитие силовых способностей.

Тема 24. Комплексное плавание.

- совершенствование переходов с одного стиля на другой;
- комплексное плавание отрезков 100 м при помощи рук;
- комплексное плавание отрезков 100 м при помощи ног;
- комплексное плавание повторным методом отрезков дистанций 100 и 200м.

Тема 25. Спортивные игры.

Методика обучения групповым взаимодействиям «Подстраховка», «Переключение»
Судейство. Учебная игра 3х3.

Тема 26. Методико-практическое занятие.

Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя.

- Т-1. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов.
Обучение группировке, перекатам в группировке.
Развитие гибкости.
- Т-2. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение кувырку вперед.
Развитие силовых способностей.
- Т-3. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение стойке на лопатках.
Развитие выносливости.
- Т-4. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение кувырку назад.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- Т-5. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на голове.
Развитие силовых способностей.
- Т-6. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.
Обучение перевороту боком (колесу).
Развитие скоростных способностей.
- Т-7. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение опорному прыжку через козла – вскоку в упор присев и соскоку прогнувшись.
Развитие силовых способностей.
- Т-8. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение лазанью по канату в 3 приема и в 2 приема.
Развитие гибкости.
- Т-9. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими скакалками.
Обучение прыжку углом с косога разбега.
Развитие скоростных способностей.
- Т-10. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов поточным способом.
Обучение прыжку боком.
Развитие выносливости.
- Т-11. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение обороту назад в упоре на перекладине.
Развитие координационных способностей.
- Т-12. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.

- Обучение размахиваниям в упоре на брусьях.
Развитие силовых способностей.
- Т-13. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на плечах на брусьях.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- Т-14. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение подъему махом вперед из упора на руках на брусьях.
Развитие гибкости.
- Т-15. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение размахиваниям изгибами в висе на перекладине.
Развитие скоростных способностей.
- Т-16. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение прыжку ноги врозь через козла.
Развитие гибкости.
- Т-17. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.
Обучение шагам галопа и польки.
Развитие координационных способностей.
- Т-18. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение подъему разгибом на перекладине.
Развитие силовых способностей.

Тема 27. Обучение эстафетному плаванию.

- Эстафетное плавание 4x25, 4x50, 4x100 кролем на груди;
4x25, 4x50, 4x100 кролем на спине;
4x25, 4x50, 4x100 способом брасс;
4x25, 4x50, способом баттерфляй;
Эстафетное плавание комбинированным способом: 4x25, 4x50, 4x100м.

Тема 28. Освоение техники и методика обучения тройного прыжка.

Особенности техники выполнения тройного прыжка. Специальные упражнения прыгунов. Развитие скоростно-силовых качеств. Совершенствование скачка, прыжка, связке скачка с прыжком, шага с прыжком, прыжки в длину с различной скоростью разбега, тройной прыжок по отметкам с 1, 3, 5, 7, 9 шагов разбега. Совершенствование ритма разбега со среднего и длинного разбега;

- выполнение техники разбега с использованием повторного и переменного методов;
- выполнение техники скачка в сочетании с шагом с использованием повторного и интервального методов;
- выполнение техники приземления с использованием повторного, переменного, интервального методов.

Тема 29. Методико-практическое занятие.

Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя.

- Т-1. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов.
Обучение группировке, перекатам в группировке.
Развитие гибкости.
- Т-2. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение кувырке вперед.
Развитие силовых способностей.
- Т-3. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение стойке на лопатках.
Развитие выносливости.

- Т-4. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение кувырку назад.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- Т-5. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на голове.
Развитие силовых способностей.
- Т-6. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.
Обучение перевороту боком (колесу).
Развитие скоростных способностей.
- Т-7. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение опорному прыжку через козла – вскоку в упор присев и соскоку прогнувшись.
Развитие силовых способностей.
- Т-8. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение лазанью по канату в 3 приема и в 2 приема.
Развитие гибкости.
- Т-9. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими скакалками.
Обучение прыжку углом с косога разбега.
Развитие скоростных способностей.
- Т-10. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов поточным способом.
Обучение прыжку боком.
Развитие выносливости.
- Т-11. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение обороту назад в упоре на перекладине.
Развитие координационных способностей.
- Т-12. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение размахиваниям в упоре на брусьях.
Развитие силовых способностей.
- Т-13. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на плечах на брусьях.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- Т-14. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение подъему махом вперед из упора на руках на брусьях.
Развитие гибкости.
- Т-15. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение размахиваниям изгибами в вися на перекладине.
Развитие скоростных способностей.
- Т-16. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение прыжку ноги врозь через козла.
Развитие гибкости.
- Т-17. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.
Обучение шагам галопа и польки.
Развитие координационных способностей.
- Т-18. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение подъему разгибом на перекладине.
Развитие силовых способностей.

Тема 30. Совершенствование техники тройного прыжка. Методика обучения тройному прыжку.

Особенности техники выполнения тройного прыжка. Специальные упражнения прыгунов. Развитие скоростно-силовых качеств. Совершенствование скачка, прыжка, связке скачка с прыжком, шага с прыжком, прыжки в длину с различной скоростью разбега, тройной прыжок по отметкам с 1, 3, 5, 7, 9 шагов разбега. Совершенствование ритма разбега со среднего и длинного разбега;

- выполнение техники разбега с использованием повторного и переменного методов;
- выполнение техники скачка в сочетании с шагом с использованием повторного и интервального методов;
- выполнение техники приземления с использованием повторного, переменного, интервального методов.

Тема 31. Методико-практическое занятие, направленное на совершенствование техники плавания способом кроль на груди.

Проведение тренировочного занятия направленного на совершенствования техники плавания способом кроль на груди в группах со студентами по заданию преподавателя.

Тема 32. Совершенствование техники беговых видов в легкоатлетическом многоборье.

Совершенствование техники в беге на 100,110 м с барьерами, 100, 200, 400, 800 и 1500м в легкоатлетическом многоборье.

Тема 33. Методико-практическое занятие.

Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя.

- Т-1. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов.
Обучение группировке, перекатам в группировке.
Развитие гибкости.
- Т-2. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение кувырку вперед.
Развитие силовых способностей.
- Т-3. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение стойке на лопатках.
Развитие выносливости.
- Т-4. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение кувырку назад.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- Т-5. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на голове.
Развитие силовых способностей.
- Т-6. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.
Обучение перевороту боком (колесу).
Развитие скоростных способностей.
- Т-7. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение опорному прыжку через козла – вскоку в упор присев и соскоку прогнувшись.
Развитие силовых способностей.
- Т-8. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение лазанью по канату в 3 приема и в 2 приема.
Развитие гибкости.
- Т-9. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими скакалками.
Обучение прыжку углом с косого разбега.
Развитие скоростных способностей.

- T-10. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов поточным способом.
Обучение прыжку боком.
Развитие выносливости.
- T-11. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение обороту назад в упоре на перекладине.
Развитие координационных способностей.
- T-12. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение размахиваниям в упоре на брусьях.
Развитие силовых способностей.
- T-13. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на плечах на брусьях.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- T-14. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение подъему махом вперед из упора на руках на брусьях.
Развитие гибкости.
- T-15. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение размахиваниям изгибами в вися на перекладине.
Развитие скоростных способностей.
- T-16. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение прыжку ноги врозь через козла.
Развитие гибкости.
- T-17. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.
Обучение шагам галопа и польки.
Развитие координационных способностей.
- T-18. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение подъему разгибом на перекладине.
Развитие силовых способностей.

Тема 34. Совершенствование техники в прыжковых видах легкоатлетического многоборья.

Совершенствование техники в прыжках в высоту, длину в легкоатлетическом многоборье. Разбор типичных ошибок при выполнении: разбега отталкивания, полета и приземления в прыжках в высоту. Разбор типичных ошибок при выполнении: разбега отталкивания, полета и приземления в прыжках в длину.

Тема 35. Методико-практическое занятие, направленное на совершенствование техники плавания кролем на спине.

Проведение тренировочного занятия с группой студентов, по заданию преподавателя. направленного на совершенствование техники плавания кролем на спине.

Тема 36. Совершенствование техники в метаниях легкоатлетического многоборья.

Совершенствование техники в метаниях копья, диска и толкании ядра в легкоатлетическом многоборье. Разбор типичных ошибок при выполнении: держания снаряда, фазы разгона, фазы финального усилия, фазы выпуска снаряда, фазы остановки после выпуска снаряда в метании копья или мяча, гранаты. Разбор типичных ошибок при выполнении: держания снаряда, фазы разгона, фазы финального усилия, фазы выпуска снаряда, фазы остановки после выпуска снаряда в метании диска. Разбор типичных ошибок при выполнении: держания снаряда, фазы разгона, фазы финального усилия, фазы выпуска снаряда, фазы остановки после выпуска снаряда в толкании ядра.

Тема 37. Методико-практическое занятие.

Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя.

- T-1. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов.
Обучение группировке, перекатам в группировке.
Развитие гибкости.
- T-2. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение кувырку вперед.
Развитие силовых способностей.
- T-3. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение стойке на лопатках.
Развитие выносливости.
- T-4. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение кувырку назад.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- T-5. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на голове.
Развитие силовых способностей.
- T-6. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.
Обучение перевороту боком (колесу).
Развитие скоростных способностей.
- T-7. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение опорному прыжку через козла – вскоку в упор присев и соскоку прогнувшись.
Развитие силовых способностей.
- T-8. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение лазанью по канату в 3 приема и в 2 приема.
Развитие гибкости.
- T-9. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими скакалками.
Обучение прыжку углом с косого разбега.
Развитие скоростных способностей.
- T-10. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов поточным способом.
Обучение прыжку боком.
Развитие выносливости.
- T-11. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение обороту назад в упоре на перекладине.
Развитие координационных способностей.
- T-12. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение размахиваниям в упоре на брусках.
Развитие силовых способностей.
- T-13. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на плечах на брусках.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- T-14. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение подъему махом вперед из упора на руках на брусках.
Развитие гибкости.
- T-15. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение размахиваниям изгибами в висе на перекладине.
Развитие скоростных способностей.
- T-16. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение прыжку ноги врозь через козла.
Развитие гибкости.

Т-17. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.

Обучение шагам галопа и польки.

Развитие координационных способностей.

Т-18. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.

Обучение подъему разгибом на перекладине.

Развитие силовых способностей.

Тема 38. Особенности проведения соревнований по многоборью.

Проведение занятия в форме игры. Студенты распределяют судейские обязанности и проводят соревнования по многоборью. Затем меняются ролями и тот, кто был спортсменом выполняет функцию судьи. После проведения занятия разбор ошибок.

Тема 39. Методико-практическое занятие, направленное на совершенствование техники плавания способом брасс.

Тренировочное занятие под руководством студента с группой по заданию преподавателя, направленное на совершенствование техники плавания способом брасс

Тема 40. Особенности проведения занятий по легкой атлетике со школьниками младших классов.

Проведение занятия по беговым видам у младших школьников. Проведение занятия по прыжковым видам у младших школьников. Проведение занятия по метаниям у младших школьников.

Тема 41. Методико-практическое занятие.

Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя.

Т-1. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов.

Обучение группировке, перекатам в группировке.

Развитие гибкости.

Т-2. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.

Обучение кувырку вперед.

Развитие силовых способностей.

Т-3. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.

Обучение стойке на лопатках.

Развитие выносливости.

Т-4. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.

Обучение кувырку назад.

Развитие скоростно-силовых способностей.

Т-5. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.

Обучение стойке на голове.

Развитие силовых способностей.

Т-6. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.

Обучение перевороту боком (колесу).

Развитие скоростных способностей.

Т-7. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.

Обучение опорному прыжку через козла – вскоку в упор присев и соскоку прогнувшись.

Развитие силовых способностей.

Т-8. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.

Обучение лазанью по канату в 3 приема и в 2 приема.

Развитие гибкости.

- Т-9. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими скакалками.
Обучение прыжку углом с косого разбега.
Развитие скоростных способностей.
- Т-10. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов поточным способом.
Обучение прыжку боком.
Развитие выносливости.
- Т-11. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение обороту назад в упоре на перекладине.
Развитие координационных способностей.
- Т-12. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение размахиваниям в упоре на брусьях.
Развитие силовых способностей.
- Т-13. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на плечах на брусьях.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- Т-14. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение подъему махом вперед из упора на руках на брусьях.
Развитие гибкости.
- Т-15. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение размахиваниям изгибами в висе на перекладине.
Развитие скоростных способностей.
- Т-16. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение прыжку ноги врозь через козла.
Развитие гибкости.
- Т-17. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.
Обучение шагам галопа и польки.
Развитие координационных способностей.
- Т-18. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение подъему разгибом на перекладине.
Развитие силовых способностей.

Тема 42. Особенности проведения занятий по легкой атлетике со школьниками средних классов.

Проведение занятия по беговым видам у школьников среднего звена. Проведение занятия по прыжковым видам у школьников среднего звена. Проведение занятия по метаниям у школьников среднего звена.

Тема 43. Методико-практическое занятие, направленное на совершенствование техники плавания способом баттерфляй.

Проведение тренировочного занятия с группой студентов, по заданию преподавателя. направленного на совершенствование техники плавания способом баттерфляй

Тема 44. Особенности проведения занятий по легкой атлетике со школьниками старших классов.

Проведение занятия по беговым видам у старших школьников. Проведение занятия по прыжковым видам у старших школьников. Проведение занятия по метаниям у старших школьников.

Тема 45. Методико-практическое занятие.

Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя.

- Т-1. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов.

- Обучение группировке, перекатам в группировке.
Развитие гибкости.
- Т-2. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение кувырку вперед.
Развитие силовых способностей.
- Т-3. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение стойке на лопатках.
Развитие выносливости.
- Т-4. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение кувырку назад.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- Т-5. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на голове.
Развитие силовых способностей.
- Т-6. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.
Обучение перевороту боком (колесу).
Развитие скоростных способностей.
- Т-7. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение опорному прыжку через козла – вскоку в упор присев и соскоку прогнувшись.
Развитие силовых способностей.
- Т-8. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение лазанью по канату в 3 приема и в 2 приема.
Развитие гибкости.
- Т-9. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими скакалками.
Обучение прыжку углом с косога разбега.
Развитие скоростных способностей.
- Т-10. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов поточным способом.
Обучение прыжку боком.
Развитие выносливости.
- Т-11. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение обороту назад в упоре на перекладине.
Развитие координационных способностей.
- Т-12. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.
Обучение размахиваниям в упоре на брусьях.
Развитие силовых способностей.
- Т-13. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений со скакалками.
Обучение стойке на плечах на брусьях.
Развитие скоростно-силовых способностей.
- Т-14. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.
Обучение подъему махом вперед из упора на руках на брусьях.
Развитие гибкости.
- Т-15. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
Обучение размахиваниям изгибами в висе на перекладине.
Развитие скоростных способностей.
- Т-16. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.
Обучение прыжку ноги врозь через козла.
Развитие гибкости.
- Т-17. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов проходным способом.
Обучение шагам галопа и польки.

Развитие координационных способностей.

Т-18. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений с набивными мячами.

Обучение подъему разгибом на перекладине.

Развитие силовых способностей.

Тема 46. Особенности проведения занятий с людьми пожилого возраста.

Проведение занятия по ходьбе. Проведение занятия по бегу. Проведение занятия для подготовки к выполнению норм ВФСК "ГТО".

Тема 47. Особенности проведения занятий по легкой атлетике с людьми с инвалидностью.

Проведение занятия по беговым видам у людей с инвалидностью. Проведение занятия по прыжковым видам у людей с инвалидностью. Проведение занятия по метаниям у людей с инвалидностью. Подготовка к выполнению норм ВФСК "ГТО"

Тема 48. Методико-практическое занятие по плаванию организация и проведение соревнований эстафет.

Проведение мини соревнований по плаванию, эстафетного плавания комбинированным способом, среди девушек, юношей и смешанным составом.

Тема 49. Консультация перед экзаменом

Тема 50. Экзамен по дисциплине

Для получения экзамена по дисциплине требуется продемонстрировать достаточный уровень физической и технической подготовленности. Владеть методиками обучения отдельных упражнений из видов спорта. Уметь осуществлять планирование и проведение отдельных частей занятия по каждому виду спорта.

5. Учебно-методическое обеспечение и планирование самостоятельной работы обучающихся

Таблица 3

№	Темы	Виды СРС
1 семестр		
1	Основы техники безопасности на занятиях физической культурой в закрытых помещениях и на открытых площадках	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
2	Освоение технике и методика обучения специальных беговых упражнений легкоатлета	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
3	Строевые упражнения	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

4	Организация и проведение спортивных соревнований	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
5	Освоение техники и методика обучения бега на короткие дистанции	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
6	Общеразвивающие и вольные упражнения	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
7	Лекционное занятие 3	Чтение обязательной и дополнительной литературы
8	Совершенствование техники бега на короткие дистанции	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
9	Строевые и общеразвивающие упражнения	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
10	Методика обучения двигательного действия и технике упражнения в целом.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
11	Освоение техники и методика обучения бега на средние и длинные дистанции	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
12	Строевые и общеразвивающие упражнения	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
13	Совершенствование техники бега на короткие и длинные дистанции	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
14	Строевые и общеразвивающие упражнения	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

15	Методика обучения технике беговых видов легкой атлетике (гладкий бег). Организация и проведение подвижных игр для обучения бегу.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
16	Акробатические упражнения	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
17	Обучение и совершенствование техники стоек и перемещений	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
18	Плавание: биомеханические основы техники плавания	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
19	Обучение и совершенствование техники владения мячом в баскетболе. Техника передач и ведения мяча.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
20	Плавание: общие требования к рациональной технике спортивного плавания	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
21	Обучение и совершенствование техники владения мячом в баскетболе. Обучение технике бросков мяча	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
22	Техника плавания способом кроль на груди	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
23	Обучение технике защиты в баскетболе.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
24	Техника плавания способом кроль на груди	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

25	Обучение технике защиты в баскетболе.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
26	Техника плавания способом кроль на груди	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
27	Обучение основам тактики игры в нападении.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
28	Совершенствование техники плавания способом кроль на груди	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
29	Лыжная подготовка. Техника классических лыжных ходов. Знакомство с техническим арсеналом лыжника	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
30	Лыжная подготовка. Рациональная техника классических лыжных ходов. Знакомство с техническим арсеналом лыжника	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
31	Лыжная подготовка. Техника классических лыжных ходов. Знакомство с техническим арсеналом лыжника	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
32	Лыжная подготовка. Подготовительные и подводящие упражнения	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
33	Лыжная подготовка. Одновременный бесшажный ход.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
34	Промежуточная аттестация 1	Самостоятельное изучение заданного материала
2 семестр		

1	Лыжная подготовка. Одновременный одношажный ход	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
2	Лыжная подготовка. Одновременный одношажный ход	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
3	Лыжная подготовка. Совершенствование одновременного бесшажного и одношажного ходов	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
4	Лыжная подготовка. Попеременный двухшажный классический ход	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
5	Лыжная подготовка. Попеременный четырехшажный классический ход	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
6	Лыжная подготовка. Совершенствование поперемного двухшажного и четырехшажного классических ходов	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
7	Лыжная подготовка. Совершенствование техники классических лыжных ходов	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
8	Лыжная подготовка. Развитие силовых способностей студентов.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
9	Лыжная подготовка. Развитие силовых способностей студентов.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
10	Обучение технике стоек и перемещений в волейболе	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

11	Совершенствование техники плавания способом кроль на груди	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
12	Обучение и закрепление техники приема и передачи мяча снизу	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
13	Техника плавания способом кроль на спине	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
14	Обучение и закрепление техники передач мяча сверху	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
15	Техника плавания способом кроль на спине	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
16	Обучение технике передачи мяча сверху	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
17	Техника плавания способом кроль на спине	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
18	Обучение технике нападающего удара по направлению атаки	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
19	Совершенствование техники плавания способами кроль на груди и кроль на спине	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
20	Обучение технике блокирования индивидуальные и групповое	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

21	Совершенствование техники стартов и поворотов при плавании способами кроль на груди и спине	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
22	Тактика нападения	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
23	Дистанционное и повторное плавание кролем на груди и спине	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
24	Освоение техники и методика обучения прыжков в длину способом «Согнув ноги»	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
25	Общеразвивающие упражнения с предметами	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
26	Совершенствование техники прыжков в длину способом «Согнув ноги»	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
27	Опорные прыжки	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
28	Освоение техники и методика обучения прыжков в длину способом «Прогнувшись»	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
29	Упражнения на гимнастических снарядах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
30	Совершенствование техники прыжков в длину способом «Прогнувшись»	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

31	Акробатические упражнения	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
32	Освоение техники и методика обучения прыжков в длину способом «Ножницы»	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
33	Упражнения на гимнастических снарядах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
34	Совершенствование техники прыжков в длину способом «Ножницы»	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
35	Упражнения на гимнастических снарядах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
36	Методика обучения прыжкам в длину с разбега. Организация и проведение подвижных игр для обучения прыжкам в длину	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
37	Прикладные упражнения	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
38	Промежуточная аттестация 1	Самостоятельное изучение заданного материала
3 семестр		
1	Освоение техники и методика обучения прыжков в высоту способом «Перешагивание»	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
2	Общеразвивающие упражнения	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

3	Совершенствование техники прыжков в высоту способом «Перешагивание»	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
4	Акробатические упражнения	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
5	Освоение техники и методика обучения прыжков в высоту способом «Перекидной»	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
6	Акробатические упражнения	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
7	Совершенствование техники прыжков в высоту способом «Перекидной»	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
8	Прикладные упражнения	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
9	Освоение техники и методика обучения прыжков в высоту способом «Фосбери-флоп»	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
10	Акробатические упражнения	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
11	Совершенствование техники прыжков в высоту способом «Фосбери-флоп»	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
12	Упражнения на гимнастических снарядах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

13	Методика обучение технике прыжков в высоту. Организация и проведение подвижных игр для обучения прыжкам в высоту.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
14	Упражнения на гимнастических снарядах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
15	Обучение технике перемещений в футболе	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
16	Техника плавания способом брасс	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
17	Обучение технике ведения мяча	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
18	Техника плавания способом брасс	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
19	Обучение технике ударов по мячу	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
20	Техника плавания способом брасс	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
21	Обучение технике передач	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
22	Техника плавания способом баттерфляй (дельфин)	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

23	Обучение технике защиты	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
24	Техника плавания способом баттерфляй (делфин)	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
25	Обучение стандартным положениям в мини футболе	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
26	Техника плавания способом баттерфляй (дельфин)	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
27	Тактика игры в обороне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
28	Совершенствование техники плавания способами брасс и баттерфляй, обучение стартам и поворотам	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
29	Лыжная подготовка. Техника коньковых лыжных ходов. Знакомство с ходом	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
30	Лыжная подготовка. Техника коньковых лыжных ходов. Полуконьковый ход.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
31	Лыжная подготовка. Техника коньковых лыжных ходов. Одновременный двухшажный ход	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
32	Лыжная подготовка. Техника коньковых лыжных ходов. Одновременный одношажный ход	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

33	Лыжная подготовка. Совершенствование техники коньковых лыжных ходов	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
34	Промежуточная аттестация 1	Самостоятельное изучение заданного материала
5 семестр		
1	Освоение техники и методика обучения эстафетного бега на короткие дистанции 4x100 метров	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
2	Гимнастика	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
3	Совершенствование техники эстафетного бега на короткие дистанции 4x100 метров	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
4	Акробатические упражнения	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
5	Обучение техники эстафетного бега на средние и смешанные дистанции	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
6	Акробатические упражнения	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
7	Совершенствование техники эстафетного бега на средние и смешанные дистанции	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
8	Опорный прыжок	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

9	Методика обучение технике эстафетного бега	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
10	Упражнения на гимнастических снарядах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
11	Освоение техники и методика обучения спортивной ходьбы	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
12	Упражнения на гимнастических снарядах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
13	Совершенствование техники спортивной ходьбы. Методика обучения спортивной ходьбе.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
14	Упражнения на гимнастических снарядах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
15	Обучение и совершенствование техники стоек и перемещений в гандболе	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
16	Техника плавания способом на боку	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
17	Обучение технике владения мячом в гандболе. Техника ловли и передач мяча.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
18	Транспортировка пострадавшего и оказание первой помощи	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

19	Обучение и совершенствование техники владения мячом в гандболе. Обучение ведению мяча.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
20	Упражнения для совершенствования техники спортивных способов плавания	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
21	Обучение и совершенствование техники владения мячом гандбол. Обучение технике бросков мяча	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
22	Упражнения для совершенствования техники спортивных способов брасс и баттерфляй	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
23	Обучение технике игры вратаря	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
24	Упражнения для развития темпа и силы гребка	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
25	Обучение технике защиты полевого игрока.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
26	Отработка подводной части дистанции в спортивных способах плавания	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
27	Обучение начальным тактическим действиям полевого игрока в нападении.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
28	Основы техники старта и поворота в спортивном плавании	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

29	Лыжная подготовка. Классический лыжный ход. Соревновательная деятельность ходов	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
30	Лыжная подготовка. Совершенствование техники коньковых лыжных	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
31	Лыжная подготовка. Коньковый лыжный ход. Соревновательная деятельность	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
32	Лыжная подготовка. Свободный стиль катания	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
33	Лыжная подготовка. Совершенствование техники коньковых лыжных	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
34	Лыжная подготовка. Совершенствование техники классических лыжных ходов	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
35	Промежуточная аттестация 1	Самостоятельное изучение заданного материала
6 семестр		
1	Горнолыжный спорт. Формирование технического арсенала горнолыжника	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
2	Горнолыжный спорт. Способы спуска на горных лыжах. Исправление возникающих ошибок.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
3	Горнолыжный спорт. Профилактика травматизма и правила поведения на горе и на подъемнике.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

4	Горнолыжный спорт. Совершенствование техники спуска на горных лыжах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
5	Горнолыжный спорт. Способы спуска на горных лыжах. Исправление возникающих ошибок	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
6	Методика проведения подвижных игр на занятиях 1-4 классов	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
7	Упражнения для совершенствования техники плавания	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
8	Методика проведения подвижных игр на занятиях 1-4 классов	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
9	Совершенствование техники гребка	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
10	Методика проведения подвижных игр на занятиях 5-9 классов	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
11	Методика развития темпа и силы гребка	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
12	Методика проведения подвижных игр на занятиях 5-9 классов	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
13	Отработка подводной части дистанции в спортивных способах плавания	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

14	Методика проведения подвижных игр на занятиях 10-11 классов	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
15	Отработка подводной части дистанции в спортивных способах плавания	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
16	Методика проведения подвижных игр для лиц с отклонением в состоянии здоровья	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
17	Техника стартового прыжка с тумбы	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
18	Методика проведения подвижных игр для лиц с отклонением в состоянии здоровья	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
19	Методика совершенствования поворотов в спортивных способах плавания	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
20	Освоение техники и методика обучения барьерного бега на 100 и 110 метров	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
21	Общеразвивающие упражнения.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
22	Совершенствование техники барьерного бега на 100 и 110 метров	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
23	Акробатические упражнения	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

24	Освоение техники и методика обучения барьерного бега на 400 метров	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
25	Акробатические упражнения	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
26	Совершенствование техники барьерного бега на 400 метров	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
27	Упражнения на гимнастических снарядах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
28	Освоение техники и методика обучения бега с препятствиями	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
29	Опорный прыжок	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
30	Совершенствование техники бега с препятствиями	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
31	Гимнастика	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
32	Методика обучение технике барьерного бега	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
33	Гимнастическое многоборье	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
34	Промежуточная аттестация 1	Самостоятельное изучение заданного материала

7 семестр		
1	Освоение техники и методика обучения метаний способом «Бросок из-за головы»	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
2	Особенности организации и проведения соревнований по волейболу	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
3	Акробатические упражнения	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
4	Совершенствование техники метаний способом «Бросок из-за головы»	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
5	Методы обучения в плавании	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
6	Освоение техники и методика обучения метаний способом «С поворотом»	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
7	Гимнастика	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
8	Совершенствование техники метаний способом «С поворотом»	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
9	Способы и приемы при построении учебного и тренировочного занятия по плаванию	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
10	Освоение техники и методика обучения метаний способом «Толчком»	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

11	Гимнастика	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
12	Совершенствование техники метаний способом «Толчком»	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
13	Общеразвивающие, специальные и имитационные упражнения в плавании	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
14	Методика обучения техники. Организация и проведение подвижных игр для легкоатлетических метаний	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
15	Гимнастика	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
16	Методика обучения техники. Организация и проведение подвижных игр для легкоатлетических метаний	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
17	Методика применения подготовительных упражнений в плавании	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
18	Методика обучения техники. Организация и проведение подвижных игр для легкоатлетических метаний	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
19	Гимнастика	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
20	Методика обучения техники. Организация и проведение подвижных игр для легкоатлетических метаний	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

21	Планирование и проведение занятий по плаванию	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
22	Гимнастика	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
23	Методика обучения стойкам, остановкам, перемещениям в волейболе.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
24	Подготовка и проведение учебного занятия по плаванию	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
25	Гимнастика	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
26	Методика обучения технике защиты. Прием мяча снизу, нижняя прямая подача	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
27	Подготовка и проведение тренировочного занятия по плаванию	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
28	Гимнастика	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
29	Методика обучения технике защиты. Прием мяча снизу, нижняя прямая подача	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
30	Подготовка и проведение занятий по плаванию в детском лагере	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

31	Гимнастика	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
32	Методика обучения технике нападения. Передача сверху двумя руками	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
33	Организация и проведение соревнований по плаванию	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
34	Лыжные гонки. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Правила соревнований.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
35	Методика обучения технике нападения. Передача сверху двумя руками	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
36	Лыжные гонки. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Документация	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
37	Методика обучения технике защиты в волейболе.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
38	Лыжные гонки. Традиционные и инновационные средства коммуникации в учебно-тренировочном процессе подготовки лыжников – гонщиков	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
39	Лыжные гонки. Инновационные средства коммуникации в учебно-тренировочном процессе	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
40	Методика обучения технике нападения. Атакующий удар.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

41	Лыжные гонки. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Проведение соревнований по лыжному спорту	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
42	Лыжные гонки. Традиционные и инновационные средства коммуникации в учебно-тренировочном процессе подготовки лыжников – гонщиков	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
43	Методика обучения технике нападения. Атакующий удар.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
44	Лыжные гонки. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Проведение соревнований по лыжному спорту	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
45	Лыжные гонки. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Проведение соревнований по лыжному спорту	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
46	Методика обучения технике нападения. Атакующий удар.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
47	Лыжные гонки. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Проведение соревнований по лыжному спорту	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
48	Лыжные гонки. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Проведение соревнований по лыжному спорту	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
49	Промежуточная аттестация 1	Самостоятельное изучение заданного материала
8 семестр		
1	Горнолыжный спорт. Техническая подготовка сноубордиста	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

2	Методика обучения стойкам, поворота, остановкам перемещениям в баскетболе	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
3	Горнолыжный спорт. Совершенствование технической подготовки в сноубординге	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
4	Горнолыжный спорт. Совершенствование технической подготовки в сноубординге	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
5	Методика обучения технике владения мячом. Ведение мяча. Бросок в движении.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
6	Горнолыжный спорт. Совершенствование технической подготовки в сноубординге	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
7	Горнолыжный спорт. Совершенствование технической подготовки в сноубординге	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
8	Методика обучения технике владения мячом	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
9	Горнолыжный спорт. Совершенствование техники спуска на сноуборде	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
10	Лыжная подготовка. Техника коньковых лыжных ходов.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
11	Методика обучения овладению мячом в баскетболе	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

12	Лыжная подготовка. Техника классических лыжных ходов.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
13	Баскетбол	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
14	Лыжная подготовка. Тестирование	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
15	Совершенствование техники плавания кролем на груди и кролем на спине	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
16	Методика обучения технико-тактическим действиям в нападении	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
17	Гимнастика	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
18	Совершенствование техники плавания способом брасс, старта и поворота	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
19	Методика обучения групповым тактическим взаимодействиям	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
20	Методико-практическое занятие	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
21	Совершенствование техники плавания способом баттерфляй	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

22	Методика обучения технике защиты	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
23	Методико-практическое занятие	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
24	Комплексное плавание	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
25	Спортивные игры	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
26	Методико-практическое занятие	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
27	Обучение эстафетному плаванию. Плавание	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
28	Освоение техники и методика обучения тройного прыжка	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
29	Методико-практическое занятие	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
30	Совершенствование техники тройного прыжка. Методика обучения тройному прыжку	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
31	Методико-практическое занятие направленное на совершенствование техники плавания способом кроль на груди	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

32	Совершенствование техники беговых видов в легкоатлетическом многоборье	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
33	Методико-практическое занятие	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
34	Совершенствование техники в прыжковых видах легкоатлетического многоборья	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
35	Методико-практическое занятие направленное на совершенствование техники плавания кролем на спине	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
36	Совершенствование техники в метаниях легкоатлетического многоборья	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
37	Методико-практическое занятие	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
38	Особенности проведения соревнований по многоборью	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
39	Методико-практическое занятие направленное на совершенствование техники плавания способом брасс	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
40	Особенности проведения занятий по легкой атлетике со школьниками младших классов	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
41	Методико-практическое занятие	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций

42	Особенности проведения занятий по легкой атлетике со школьниками средних классов	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
43	Методико-практическое занятие направленное на совершенствование техники плавания способом баттерфляй	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
44	Особенности проведения занятий по легкой атлетике со школьниками старших классов	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
45	Методико-практическое занятие	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
46	Особенности проведения занятий с людьми пожилого возраста	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
47	Особенности проведения занятий по легкой атлетике с людьми с инвалидностью	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
48	Методико-практическое занятие по плаванию организация и проведение соревновательных эстафет	Чтение обязательной и дополнительной литературы Учебная карточка Конспект учебно-тренировочного занятия Подготовка презентаций
49	Консультация перед экзаменом	Самостоятельное изучение заданного материала
50	Экзамен по дисциплине	Самостоятельное изучение заданного материала

В ходе самостоятельной работы, обучающиеся обязательно изучают основную и дополнительную литературу. Оценка самостоятельной работы студентов осуществляется на практических занятиях, в ходе проверки учебных карточек, контрольной работы, плана-конспекта занятия, презентации и положения о соревнованиях.

Оцениваются как фактические знания студентов, так и навыки самостоятельного поиска необходимой информации по теме занятия и ее критической оценки.

6. Промежуточная аттестация по дисциплине

6.1 Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

Форма проведения промежуточной аттестации (зачета) по дисциплине. Для получения зачета студенту необходимо: разработать учебную карточку, включающую

комплекс упражнений для развития общих и специальных физических качеств; заполнить протокол сдачи контрольных нормативов; протокол судейства соревнований, написать контрольную работу (практико-ориентированный проект).

Обучающиеся, по итогам текущего контроля успеваемости в семестре посетившие более 90% учебных занятий и более, а также набравшие от 13 до 20 баллов по каждому модулю, получают зачет автоматом без устного «зачета».

Если же студент не выполнил требования в течение семестра, то ему необходимо подготовить ответ по двум из предложенных вопросов.

Вопросы к зачету 1 семестр:

1. Принципы составления комплексов ОРУ и специальных упражнений.
2. Основные средства подготовки в спортивно-оздоровительных группах.
3. Задачи общеразвивающих, специальных и имитационных упражнений на суше.
4. Принципы и методы построения тренировочного процесса в группах оздоровительной направленности
5. Особенности физической подготовки в группах оздоровительной направленности по легкой атлетике
6. Особенности физической подготовки в группах оздоровительной направленности по плаванию
7. Особенности физической подготовки в группах оздоровительной направленности по лыжным гонкам
8. Особенности технической подготовки в группах оздоровительной направленности по легкой атлетике
9. Особенности технической подготовки в группах оздоровительной направленности по плаванию
10. Особенности технической подготовки в группах оздоровительной направленности по лыжным гонкам
11. Тренировочная нагрузка и ее регулирование в группах оздоровительной направленности.
12. Сенситивные периоды развития физических качеств и дозирование нагрузок, восстановление в группах оздоровительной направленности.
13. Восстановление работоспособности после физических, психологических нагрузок.
14. Особенности составления плана спортивно-оздоровительных занятий в группах оздоровительной направленности.
15. Средства и методы тренировки в группах оздоровительной направленности по легкой атлетике
16. Средства и методы тренировки в группах оздоровительной направленности по плаванию.
17. Средства и методы тренировки в группах оздоровительной направленности по лыжным гонкам
18. Принципы составления индивидуальных комплексов для развития физических качеств.
19. Характеристика систем проведения соревнований (олимпийская, круговая, смешенная, с выбыванием).
20. Состав судейской коллегии, оргкомитета, должностные обязанности.
21. Оценка уровня подготовленности в группах оздоровительной направленности.

Вопросы к зачету 2 семестр:

1. Техника выполнения классического одновременного одношажного хода. Упражнения для обучения технике одновременного одношажного хода.
2. Техника выполнения классического одновременного бесшажного хода. Упражнения для обучения технике одновременного бесшажного хода.

3. Техника выполнения классического попеременного двухшажного классического хода. Упражнения для обучения технике попеременного двухшажного классического хода.
4. Техника выполнения классического попеременного четырехшажного классического хода. Упражнения для обучения технике попеременного четырехшажного классического хода.
5. Техника стоек и перемещений в волейболе. Упражнения для обучения технике стоек и перемещений в волейболе.
6. Техника приема и передачи мяча снизу в волейболе. Упражнения для обучения технике приема и передачи мяча снизу в волейболе.
7. Техника передач мяча сверху в волейболе. Упражнения для обучения технике передач мяча сверху в волейболе.
8. Техника блокирования (индивидуальные и групповое) в волейболе. Упражнения для обучения технике блокирования (индивидуальные и групповое) в волейболе.
9. Техника плавания способом кроль на груди. Упражнения для обучения технике плавания способом кроль на груди.
10. Техника плавания способом кроль на спине. Упражнения для обучения технике плавания способом кроль на спине.
11. Техника стартов и поворотов при плавании способом кроль на груди. Упражнения для обучения технике стартов и поворотов при плавании способом кроль на груди.
12. Техника стартов и поворотов при плавании способом кроль на спине. Упражнения для обучения технике стартов и поворотов при плавании способом кроль на спине.
13. Техника прыжков в длину способом «Согнув ноги». Упражнения для обучения технике прыжков в длину способом «Согнув ноги».
14. Техника прыжков в длину способом «Прогнувшись». Упражнения для обучения технике прыжков в длину способом «Прогнувшись».
15. Техника прыжков в длину способом «Ножницы». Упражнения для обучения технике прыжков в длину способом «Ножницы».
16. Организация и проведение подвижных игр для обучения прыжкам в длину.
17. Особенности организации и выполнения упражнений на брусках: упоры и висы, размахивания в упоре, подъем разгибом из упора на руках, кувырок вперед, стойка на плечах, соскоки.
18. Техника лазанья по канату в два и три приема. Упражнения для обучения технике лазанья по канату в два и три приема.
19. Методика обучения технике акробатических упражнения: стойка на голове, стойка на руках, переворот боком, кувырок прогнувшись через плечо.
20. Техника выполнения и методика обучения прикладным упражнениям.

Вопросы к зачету 3 семестр:

1. Техника выполнения полуконькового хода. Упражнения для обучения технике полуконькового хода.
2. Техника выполнения конькового одновременного двухшажного хода. Упражнения для обучения технике конькового одновременного двухшажного хода.
3. Техника выполнения конькового одновременного одношажного хода. Упражнения для обучения технике конькового одновременного одношажного хода.
4. Организация и проведение подвижных игр для обучения технике коньковых лыжных ходов.
5. Техника перемещений в футболе. Упражнения для обучения технике перемещений в футболе.

6. Техника ведения мяча в футболе. Упражнения для обучения технике ведения мяча в футболе.
7. Техника ударов по мячу в футболе. Упражнения для обучения технике ударов по мячу в футболе.
8. Техника передач в футболе. Упражнения для обучения технике передач в футболе.
9. Техника плавания способом брасс. Упражнения для обучения технике плавания способом брасс.
10. Техника плавания способом баттерфляй (дельфин). Упражнения для обучения технике плавания способом баттерфляй (дельфин).
11. Техника стартов и поворотов при плавании способом брасс. Упражнения для обучения технике стартов и поворотов при плавании способом брасс.
12. Техника стартов и поворотов при плавании способом баттерфляй (дельфин). Упражнения для обучения технике стартов и поворотов при плавании способом баттерфляй (дельфин).
13. Техника прыжков в высоту способом «Перешагивание». Упражнения для обучения технике прыжков в высоту способом «Перешагивание».
14. Техника прыжков в высоту способом «Перекидной». Упражнения для обучения технике прыжков в высоту способом «Перекидной».
15. Техника прыжков в высоту способом «Фосбери-флоп». Упражнения для обучения технике прыжков в высоту способом «Фосбери-флоп».
16. Организация и проведение подвижных игр для обучения прыжкам в высоту.
17. Методика обучения и особенности проведения с занимающимися общеразвивающих упражнений, выполняемых поточным и проходным способом, на гимнастической стенке и гимнастической скамейке.
18. Методика обучения технике акробатических упражнения: группировки, перекаты, кувырки, кувырок прогнувшись через плечо, стойка на голове из различных положений, стойка на руках, колесо.
19. Техника лазанья по канату с грузом или партнером. Упражнения для обучения технике лазанья с грузом или партнером.
20. Особенности организации и выполнения упражнений на перекладине: висы и упоры, подъемы, повороты кругом в упоре, обороты, размахивания, соскоки.

Вопросы к зачету 5 семестр:

1. Особенности соревновательной деятельности классических лыжных ходов.
2. Особенности соревновательной деятельности коньковых лыжных ходов.
3. Методика совершенствования техники классических лыжных ходов.
4. Методика совершенствования техники коньковых лыжных ходов.
5. Техника стоек и перемещений в гандболе. Упражнения для обучения технике стоек и перемещений в гандболе.
6. Техника ловли и передач мяча в гандболе. Упражнения для обучения технике ловли и передач мяча в гандболе.
7. Техника ведения мяча в гандболе. Упражнения для обучения технике ведения мяча в гандболе.
8. Техника бросков мяча в гандболе. Упражнения для обучения технике бросков мяча в гандболе.
9. Техника плавания способом на боку. Упражнения для обучения технике плавания способом на боку.
10. Техника подводной части дистанции в спортивных способах плавания. Упражнения для обучения технике подводной части дистанции в спортивных способах плавания.
11. Методика совершенствования техники способов плавания кроль на груди и кроль на спине.

12. Методика совершенствования техники способов плавания брасс и баттерфляй.
13. Техника выполнения спортивной ходьбы. Упражнения для обучения технике спортивной ходьбы.
14. Техника выполнения эстафетного бега на короткие дистанции 4x100 метров. Упражнения для обучения технике эстафетного бега на короткие дистанции 4x100 метров.
15. Техника выполнения эстафетного бега на средние дистанции. Упражнения для обучения технике эстафетного бега на средние дистанции.
16. Техника выполнения эстафетного бега на смешанные. Упражнения для обучения технике эстафетного бега на смешанные дистанции.
17. Правила подачи команд при проведении общеразвивающих упражнений без предметов, с предметами, на гимнастической скамейке или стенке, с предметами.
18. Методика обучения технике акробатических упражнения: кувырок вперед из стойки на руках с прямыми ногами; кувырок назад в стойку на руках; переворот разгибом с головы; переворот вперед.
19. Особенности организации и выполнения упражнений на брусках разной высоты: размахивания изгибами на верхней жерди, висы, подъемы, соскоки.
20. Транспортировка пострадавшего и оказание первой помощи.

Вопросы к зачету 6 семестр:

1. Формирование технического арсенала горнолыжника.
2. Техника спуска на горных лыжах. Упражнения для обучения технике спуска на горных лыжах.
3. Профилактика травматизма и правила поведения на горе и на подъемнике.
4. Методика совершенствования техники спуска на горных лыжах.
5. Методика проведения подвижных игр на занятиях 1-4 классов.
6. Методика проведения подвижных игр на занятиях 5-9 классов.
7. Методика проведения подвижных игр на занятиях 10-11 классов.
8. Методика проведения подвижных игр для лиц с отклонением в состоянии здоровья.
9. Методика совершенствования техники гребка в плавании.
10. Методика совершенствования техники подводной части дистанции в спортивных способах плавания.
11. Техника стартового прыжка с тумбы. Упражнения для обучения технике стартового прыжка с тумбы.
12. Методика развития темпа и силы гребка в плавании.
13. Техника барьерного бега на 100 и 110 метров. Упражнения для обучения технике барьерного бега на 100 и 110 метров.
14. Техника барьерного бега на 400 метров. Упражнения для обучения технике барьерного бега на 400 метров.
15. Методика совершенствования техники бега с препятствиями.
16. Методика совершенствования техники барьерного бега.
17. Методика обучения технике опорных прыжков: прыжок согнув ноги через гимнастического козла или коня, прыжок боком и углом.
18. Методика обучения технике акробатических упражнения: кувырок вперед из стойки на руках с прямыми ногами; кувырок назад в стойку на руках; переворот разгибом с головы; переворот вперед; фляк; рондат-фляк; сальто вперед и назад.
19. Гимнастическое многоборье. Организация соревнований по гимнастическому многоборью.
20. Особенности организации и выполнения упражнений на бревне: виды ходьбы и бега, подскоки, танцевальные шаги, повороты, прыжки, вскоки и соскоки.

Вопросы к зачету 7 семестр:

1. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Правила соревнований.
2. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Документация.
3. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Проведение соревнований по лыжному спорту.
4. Традиционные и инновационные средства коммуникации в учебно-тренировочном процессе подготовки лыжников-гонщиков.
5. Особенности организации и проведения соревнований по волейболу.
6. Методика обучения стойкам, остановкам, перемещениям в волейболе.
7. Методика обучения технике защиты в волейболе.
8. Методика обучения технике нападения в волейболе.
9. Методика применения подготовительных упражнений в плавании.
10. Планирование и проведение тренировочного занятия по плаванию.
11. Подготовка и проведение занятий по плаванию в детском лагере.
12. Организация и проведение соревнований по плаванию.
13. Техника выполнения метаний способом «Бросок из-за головы». Упражнения для обучения технике метаний способом «Бросок из-за головы».
14. Техника выполнения метаний способом «С поворотом». Упражнения для обучения технике метаний способом «С поворотом».
15. Техника выполнения метаний способом «Толчком». Упражнения для обучения технике метаний способом «Толчком».
16. Организация и проведение подвижных игр для легкоатлетических метаний.
17. Методика проведения комплексов общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками, набивными мячами, скакалками.
18. Методика обучения технике акробатических упражнения: кувырок вперед из стойки на руках с прямыми ногами; кувырок назад в стойку на руках; переворот разгибом с головы; переворот вперед; фляк; рондат-фляк; сальто вперед и назад.
19. Особенности организации и выполнения упражнений на кольцах: размахивания в висе, размахивания в висе на согнутых руках, вис согнувшись, вис прогнувшись, выкрут вперед согнувшись, соскок махом назад и соскок махом вперед.
20. Особенности организации и выполнения упражнений на коне с ручками: перемах одной, круг одной, махи в упоре, махи в упоре ноги врозь, скрещение прямое, разноименные круги из упора, и упора сзади, соскок с выходом на тело и ручку.

Форма проведения промежуточной аттестации по дисциплине – устный экзамен.

При рейтинговой системе оценки успеваемости студент имеет право получить оценку (удовлетворительно, хорошо, отлично) по дисциплине без сдачи экзамена, но в то же время он имеет право повысить оценку, полученную по итогам рейтинга, путем сдачи экзамена.

Если студентом в результате освоения учебного материала и выполнение форм текущего и промежуточного контроля было накоплено:

от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»

от 76 до 90 баллов – «хорошо»

от 91 до 100 баллов – «отлично»

Студенты, набравшие в ходе текущего контроля не менее 35 баллов, допускаются к экзамену. Пропущенные занятия студент обязан отработать, выполняя самостоятельно и индивидуально задания по соответствующим темам. Преподаватель обязан ознакомить студентов с графиком отработки пропущенных занятий.

Экзаменационные оценки выставляются в зачетно-экзаменационную ведомость и в зачетную книжку традиционно (удовлетворительно, хорошо, отлично).

Используя семестровый балл оценки успеваемости, преподаватель выстроит рейтинг студентов по данной дисциплине и результаты отразит в рейтинговой ведомости.

Вопросы для теоретического экзамена 8 семестр:

1. Формирование технического арсенала сноубордиста.
2. Планирование и реализация технической подготовки сноубордиста.
3. Методика обучения технике спуска на сноуборде.
4. Методика совершенствования техники спуска на сноуборде.
5. Профилактика травматизма и правила поведения сноубордиста на горе и на подъемнике.
6. Техника стоек, поворотов, остановок, перемещений в баскетболе. Упражнения для обучения технике стоек, поворотов, остановок, перемещений в баскетболе.
7. Техника ведение мяча в баскетболе. Упражнения для обучения технике ведение мяча в баскетболе.
8. Техника броска в движении в баскетболе. Упражнения для обучения технике броска в движении в баскетболе.
9. Методика обучения технико-тактическим действиям в нападении в баскетболе.
10. Методика обучения технико-тактическим действиям в защите в баскетболе.
11. Инновационные средства совершенствования техники старта и поворота в спортивных видах плавания.
12. Инновационные средства совершенствования техники плавания способами кроль на груди и кроль на спине.
13. Инновационные средства совершенствования техники плавания способами брасс и баттерфляй (дельфин).
14. Комплексное плавание. Особенности проведения соревнований по комплексному плаванию.
15. Эстафетное плавание. Особенности проведения соревнований по эстафетному плаванию.
16. Легкоатлетическое многоборье. Особенности проведения соревнований по многоборью.
17. Особенности проведения занятий по легкой атлетике со школьниками младших классов.
18. Особенности проведения занятий по легкой атлетике со школьниками средних и старших классов.
19. Особенности проведения занятий с людьми пожилого возраста.
20. Особенности проведения занятий по легкой атлетике с людьми с инвалидностью.
21. Методика проведения занятий в период общей и специальной физической подготовки на развитие силовых и скоростных способностей в гимнастике.
22. Методика проведения занятий в период общей и специальной физической подготовки на развитие скоростно-силовых способностей в гимнастике.
23. Методика проведения занятий в период общей и специальной физической подготовки на развитие гибкости и выносливости в гимнастике.
24. Методика проведения занятий в период общей и специальной физической подготовки на развитие координационных способностей в гимнастике.
25. Комплектование судейской бригады для проведения соревнований по гимнастике на городском, региональном, всероссийском, международном уровнях.

6.2 Критерии оценивания компетенций:

Таблица 4

Карта критериев оценивания компетенций

№ п/п	Код и наименование компетенции	Компонент (знаниевый/функциональный)	Оценочные материалы	Критерии оценивания
1	УК-7: Способен поддерживать должный уровень подготовленности для обеспечения полноценной и профессиональной деятельности	<p>Знает: основные понятия базовых видов спорта; основы теории и методики преподавания; классификацию данных видов спорта; содержание, формы, методы планирования занятий базовыми видами в звеньях системы образования; методы и способы профилактики травматизма в процессе занятий.</p> <p>Умеет: разрабатывать конспекты занятий по базовым видам спорта; комплектовать и готовить спортсменов по базовым видам спорта; разрабатывать документацию необходимую для проведения занятия по базовым видам спорта; проводить занятия по базовым видам спорта в звеньях системы образования.</p>	<p>1. Учебная карточка для развития специальных физических качеств и совершенствования техники выполнения упражнений</p> <p>2. Контрольные упражнения по физической и технической подготовленности.</p>	<p>Компетенция сформирована: при правильности и полноте ответов на теоретические вопросы, при глубине понимания вопроса и правильности выполнения предложенных заданий</p> <p>Компетенция не сформирована: при неполном ответе обучающегося на теоретические вопросы, представляющие собой разрозненные знания, в ответе присутствует фрагментарность, нелогичность изложения и имеются существенные ошибки при выполнении предложенных заданий либо отказе обучающегося ответить на поставленный теоретический вопрос и выполнить задания.</p>
2	ОПК-1: Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической	<p>Знает: морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и</p>	<p>1. Комплекс общеразвивающих упражнений, оформленный в соответствии с правилами записи</p>	<p>Компетенция сформирована: при правильности и полноте ответов на теоретические вопросы, при</p>

	<p>культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.</p>	<p>возраст; критерии оценки физического развития, определяющие дифференцированный подход к планированию, характера и уровня физических нагрузок, анализ результатов их применения.</p> <p>Умеет: дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастнo-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок.</p>	<p>2. Конспект отдельных частей занятия. 3. Контрольная работа. 4. Устный ответ. 5. Зачет</p>	<p>глубине понимая вопроса и правильности выполнения предложенных заданий</p> <p>Компетенция не сформирована: при неполном ответе обучающегося на теоретические вопросы, представляющие собой разрозненные знания, в ответе присутствует фрагментарность, нелогичность изложения и имеются существенные ошибки при выполнении предложенных заданий либо отказе обучающегося ответить на поставленный теоретический вопрос и выполнить задания.</p>
3	<p>ОПК-2: Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий.</p>	<p>Знает: значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними; критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности ; особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного</p>	<p>1. Контрольная работа. 2. Устный ответ. 3. Видео техники выполнения упражнений. 4. Учебная карточка подводящих упражнений для обучения технике. 5. Учебная карточка подводящих упражнений для исправления ошибок в технике выполнения. 6. План-конспект</p>	<p>Компетенция сформирована: при правильности и полноте ответов на теоретические вопросы, при глубине понимая вопроса и правильности выполнения предложенных заданий</p> <p>Компетенция не сформирована: при неполном ответе обучающегося на теоретические вопросы, представляющие</p>

		<p>процесса.</p> <p>Умеет: применять на практике и 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.</p>	занятия.	<p>собой разрозненные знания, в ответе присутствует фрагментарность, нелогичность изложения и имеются существенные ошибки при выполнении предложенных заданий либо отказе обучающегося ответить на поставленный теоретический вопрос и выполнить задания.</p>
4	<p>ОПК-3: Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.</p>	<p>Знает: основные средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p>Умеет: применять на практике основные средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности при организации занятий и физкультурно-спортивных мероприятиях.</p>	<p>1. Проведение занятия по физической подготовке.</p> <p>2. Учебная карточка основной части урока.</p> <p>3. Учебная карточка основной части тренировочного занятия.</p> <p>4. План или сценарий физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов спорта.</p>	<p>Компетенция сформирована: при правильности и полноте ответов на теоретические вопросы, при глубине понимания вопроса и правильности выполнения предложенных заданий</p> <p>Компетенция не сформирована: при неполном ответе обучающегося на теоретические вопросы, представляющие собой разрозненные знания, в ответе присутствует фрагментарность, нелогичность изложения и имеются существенные ошибки при выполнении предложенных заданий либо</p>

				отказе обучающегося ответить на поставленный теоретический вопрос и выполнить задания.
5	ОПК-4: Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовать участие спортсменов в соревнованиях и избранном виде спорта.	Знает: основы теории и методики обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности. Умеет: определять цели и задачи спортивной подготовки спортсменов в избранной спортивной специализации; планировать тренировочные занятия с учетом возраста и пола занимающихся, санитарно-гигиенических основ, климатических, региональных, особенностей.	1. Проведение тренировочного занятия. 2. План спортивного мероприятия. 3. Контрольная работа 4. Зачет	Компетенция сформирована: при правильности и полноте ответов на теоретические вопросы, при глубине понимая вопроса и правильности выполнения предложенных заданий Компетенция не сформирована: при неполном ответе обучающегося на теоретические вопросы, представляющие собой разрозненные знания, в ответе присутствует фрагментарность, нелогичность изложения и имеются существенные ошибки при выполнении предложенных заданий либо отказе обучающегося ответить на поставленный теоретический вопрос и выполнить задания.
6	ОПК-13: Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по	Знает: основные положения свода правил проведения соревнований в избранном виде спорта.	1. Проведение и судейство в качестве судей на соревнованиях университетского и муниципального	Компетенция сформирована: при правильности и полноте ответов на теоретические вопросы, при

	избранному виду спорта.	Умеет: судить спортивные соревнования в соответствии со своей квалификацией, судейской специализацией, категорией, с правилами вида спорта и положением (регламентом) о спортивном соревновании.	уровня. 2. Контрольная работа. 4. Зачет.	глубине понимая вопроса и правильности выполнения предложенных заданий Компетенция не сформирована: при неполном ответе обучающегося на теоретические вопросы, представляющие собой разрозненные знания, в ответе присутствует фрагментарность, нелогичность изложения и имеются существенные ошибки при выполнении предложенных заданий либо отказе обучающегося ответить на поставленный теоретический вопрос и выполнить задания.
7	ОПК-14: Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.	Знает: основы биомеханических движений в базовых видах спорта. Умеет: работать с научно-методической литературой, анализировать, сопоставлять основные положения по базовым видам спорта на современном этапе.	1. Проведение тестирования для определения уровня развития физической подготовленности.	Компетенция сформирована: при правильности и полноте ответов на теоретические вопросы, при глубине понимая вопроса и правильности выполнения предложенных заданий Компетенция не сформирована: при неполном ответе обучающегося на теоретические вопросы, представляющие

				собой разрозненные знания, в ответе присутствует фрагментарность, нелогичность изложения и имеются существенные ошибки при выполнении предложенных заданий либо отказе обучающегося ответить на поставленный теоретический вопрос и выполнить задания.
8	ПК-1: Разработка и реализация образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, среднего профессионального образования, высшего образования, дополнительного профессионального образования, дополнительно образования детей и взрослых в области физической культуры и спорта.	Знает: основы педагогической деятельности в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании, должностные обязанности воспитателя, учителя, разработки и реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования Умеет: применять на практике педагогические навыки в области дополнительного образования детей и взрослых основ дополнительного образования детей и взрослых в области физической культуры	1. Устные ответы. 2. Видео проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы. 3. Учебная карточка основной части программы физкультурно-оздоровительной работы. 4. Учебная карточка основной части спортивно-массовой работы.	Компетенция сформирована: при правильности и полноте ответов на теоретические вопросы, при глубине понимания вопроса и правильности выполнения предложенных заданий Компетенция не сформирована: при неполном ответе обучающегося на теоретические вопросы, представляющие собой разрозненные знания, в ответе присутствует фрагментарность, нелогичность изложения и имеются существенные ошибки при выполнении предложенных заданий либо

		и спорта.		отказе обучающегося ответить на поставленный теоретический вопрос и выполнить задания.
--	--	-----------	--	--

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

7.1 Основная литература:

1. Врублевский Е.П. Легкая атлетика. Основы знаний (в вопросах и ответах) [Электронный ресурс]: учебное пособие / Врублевский Е.П. – Электрон. текстовые данные. – Москва: Издательство «Спорт», 2016. – 240 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55556.html> (20.05.2020)..

7.2 Дополнительная литература:

1. Забелина, Л.Г. Легкая атлетика: учебное пособие / Л.Г. Забелина, Е.Е. Нечунаева. - Новосибирск: НГТУ, 2010. - 59 с. - ISBN 978-5-7782-1448-4; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228993> (18.05.2020).
 2. Спорт высших достижений. Спортивная гимнастика [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Л.А. Савельева [и др.]. – Электрон. текстовые данные. – Москва: Человек, 2014. – 148 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru> (28.05.2020).

7.3 Интернет-ресурсы:

1. Портал Научно-теоретический журнал ТИПФК <http://teoriya.ru>
 2. Портал Научно-теоретический журнал «Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта» – <http://lesgaft-notes.spb.ru/>
 3. Портал Научная электронная библиотека – <http://elibrary.ru>
 4. Портал Библиотека международной спортивной информации – <http://sportfiction.ru/>
 5. Портал SportBox – <https://news.sportbox.ru/>
 6. Портал Всероссийская федерация плавания – <http://www.russwimming.ru/>
 7. Портал Современная легкая атлетика <http://www.rusathletics.com/>
 8. Портал Журнал «Лыжный спорт» – <http://www.skisport.ru/>
 9. Портал Федерация лыжных гонок России – <http://www.flgr.ru/>

7.4 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Базы данных, доступные в рамках национальной подписки
 -Журналы издательства Wiley – <https://onlinelibrary.wiley.com>
 Российские базы данных
 -Межвузовская электронная библиотека (МЭБ) – <https://icdlib.nspu.ru/>
 -Национальная электронная библиотека – <https://rusneb.ru/>

8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю):

Лицензионное ПО:

-Платформа для электронного обучения Microsoft Teams
 -Пакет Microsoft Office 365
 -Пакет Adobe Creative Cloud: Photoshop, Illustrator, InDesign, Premiere, After Effects, Acrobat Pro и др.

9. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы. Для проведения занятий лекционного типа необходимо

демонстрационное оборудование. Помещения для самостоятельной работы обучающихся должны быть оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду. Для проведения лабораторных занятий материально-техническая база оснащена:

Гимнастический зал оборудованный ковром для вольных упражнений размером 12x12 метров, Гимнастическими стенками, гимнастическими матами, акробатической дорожкой, гимнастическими снарядами мужского и женского многоборья, набивные мячи, палки, скакалки, скамейки, канат.

Легкоатлетический стадион (беговые дорожки, спортивный зал и раздевалльные комнаты) или спортивный зал. стартовые колодки, фишки, эстафетные палочки, барьеры, секундомер, рулетка, флажки (красный, белый), сектор для прыжков в высоту, сектор для прыжков в длину, копья, диски, ядра, набивные мячи)

Спортивный зал: б/б мячи, конусы, баскетбольные фермы, волейбольные стойки, сетка, ф/б мячи, футбольные ворота, гандбольные ворота, г/б мячи, лопатки различного калибра, восьмерки, теннисные мячики (большой), метболлы, скакалки.

Плавательный бассейн: плавательные доски для рук и ног; вспомогательная экипировка, предназначенная для совершенствования двигательных действий при плавании на одних рука и на одних ногах; ласты и лопатки для усиления мощности гребковых движений и опоры ног во время плавания, усиление отталкивающего импульса, выравнивание углов атаки и балансировка движений, Тренажер «Пневмотумба» для ускорения стартового прыжка и выбора траектории, Тренажер «Протяжка», резиновые амортизаторы, зал сухого плавания.

Лыжная база, Центр зимних видов спорта, Барнаульская, 41. Электронный комплекс для судейства соревнований по лыжным видам спорта «Марафон-электро» и RaceSplitter, электронный комплекс «Скат», портативное устройство для определения коэффициента трения (Уктус и Star). Компьютерный класс, оргтехника, теле- и аудиоаппаратура (всё – в стандартной комплектации для практических занятий и самостоятельной работы); доступ к сети Интернет (во время самостоятельной подготовки).

Воронинские горки, пр. Февральский, 9.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Институт физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по учебно-
методической работе института
физической культуры

 /Е.А. Симонова/

01 июня 2020

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА
Рабочая программа
для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура
профиль «Физическая культура и спорт»
очная и заочная формы обучения

Тюмень, 2020

Котова Т. Г., Куклева Г.А., Чаюн Д.В. Теория и методика избранного вида спорта. Рабочая программа для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» профиль «Физическая культура и спорт». Формы обучения очная, заочная. Тюмень, 2020. 99с.

Рабочая программа дисциплины опубликована на сайте ТюмГУ: «Теория и методика избранного вида спорта» [электронный ресурс] / Режим доступа: <http://www.utmn.ru/sveden/education/#>.

1. Пояснительная записка

1.1. Цели и задачи дисциплины (модуля)

Учебная программа дисциплины предназначена для бакалавров 3 курса – 6 семестр, 4 курса – 7-8 семестры очной, заочной форм обучения и составлена в соответствии с требованиями ФГОС. Включает тематику по изучению видов спорта: единоборства, спортивная аэробика, биатлон; методические рекомендации по составлению самостоятельной работы студентов.

Цель дисциплины – сформировать у студентов осознанную и значимую мотивацию деятельности компетентного спортивного педагога, расширить диапазон компетенций необходимых для предстоящей профессионально – педагогической деятельности

ЗАДАЧИ:

- формирование у студентов социально значимых качеств и свойств личности;
- освоение научно-теоретических и организационно-методических основ спортивных единоборств, биатлона, спортивной аэробики;
- обучение и совершенствование техники единоборств выполнения приемов в стойке и партере, технико-тактических умений и навыков в спортивных единоборствах; обучение и совершенствование техники, технико-тактических умений и навыков в биатлоне, спортивной аэробике;
- развитие физических кондиций спортивных педагогов.

Данная дисциплина входит в блок Б1. Обязательная часть. Дисциплина «Теория и методика избранного спорта».

1.2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины(модуля)

В результате освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта» бакалавр (ОФО, ЗФО) должен обладать универсальными (УК), общепрофессиональными (ОПК) и профессиональными (ПК) компетенциями.

Таблица 1

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Код и наименование компетенции	Планируемые результаты обучения: (знаниевый/функциональный)
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Знает: основные понятия единоборств, спортивной аэробики, биатлона; основы теории и методики преподавания; классификацию данных видов спорта; содержание, формы, методы планирования занятий видами спорта в звеньях системы образования; методы и способы профилактики травматизма в процессе занятий Знает и понимает основные понятия единоборств, спортивной аэробики, биатлона; основы теории и методики преподавания; классификацию данных видов спорта; содержание, формы, методы планирования занятий видами спорта в звеньях системы образования;

	<p>методы и способы профилактики травматизма в процессе занятий</p> <p>Знает: интерпретирует основные понятия единоборств, спортивной аэробики, биатлона; основы теории и методики преподавания; классификацию данных видов спорта; содержание, формы, методы планирования занятий видами спорта в звеньях системы образования; методы и способы профилактики травматизма в процессе занятий</p> <hr/> <p>Умеет: разрабатывать конспекты занятий по единоборствам, спортивной аэробике, биатлону; комплектовать и готовить спортсменов по видам спорта; разрабатывать документацию необходимую для проведения занятия по видам спорта; проводить занятия по видам спорта в звеньях системы образования</p> <p>Умеет: изучать и оценивать конспекты занятий по единоборствам, спортивной аэробике, биатлону; комплектовать и готовить спортсменов по видам спорта; разрабатывать документацию необходимую для проведения занятия по видам спорта; проводить занятия по видам спорта в звеньях системы образования.</p> <p>Умеет: способен интегрировать опыт для подготовки конспектов занятий по единоборствам, спортивной аэробике, биатлону; комплектовать и готовить спортсменов по видам спорта; разрабатывать документацию необходимую для проведения занятия по видам спорта; проводить занятия по видам спорта в звеньях системы образования.</p>
<p>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.</p>	<p>Знает: морфологические особенности занимающихся единоборствами, спортивной аэробикой, биатлоном различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие дифференцированный подход к планированию, характера и уровня физических нагрузок, анализ результатов их применения</p> <p>Знает и понимает планирование содержания занятий с учетом положений теории физической культуры морфологических особенностей занимающихся единоборствами, спортивной аэробикой, биатлоном различного пола и возраста, критерий оценки физического развития, определяющих дифференцированный подход к планированию, характера и уровня физических нагрузок, анализ результатов их применения, влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса</p> <p>Знает: интерпретирует морфологические особенности занимающихся единоборствами, спортивной аэробикой, биатлоном различного пола и возраста, критерии оценки</p>

	<p>физического развития, определяющие дифференцированный подход к планированию, характера и уровня физических нагрузок, анализ результатов их применения, влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста.</p> <p>Умеет: дифференцировать обучающихся единоклассникам, спортивной аэробикой, биатлоном, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок с учетом положений теории физической культуры.</p> <p>Умеет: дифференцировать обучающихся единоклассникам, спортивной аэробикой, биатлоном, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок, учитывать возрастные психологические особенности опираясь на положения теории физической культуры</p> <p>Умеет: дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок, учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; определять средства и величину нагрузки на занятиях по единоклассникам, спортивной аэробикой, биатлоном в зависимости от поставленных задач и с учетом положений теории физической культуры</p>
<p>ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий.</p>	<p>Знает: значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними; критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности; особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса в единоклассниках, спортивной аэробике, биатлоне.</p> <p>Знает и понимает 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; 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 в единоклассниках, спортивной аэробике, биатлоне.</p>

	<p>Знает: интерпретацию основных видов спортивного отбора, выбора спортивной специализации, спортивной ориентации, разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации; критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности; 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 в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p> <p>Умеет: применять на практике и ориентироваться в общих положениях, требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p> <p>Умеет: изучать и оценивать общие положения и требования нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов; 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 единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p> <p>Умеет: интерпретировать виды общих положений и требований 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; 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; интерпретировать результаты тестирования в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p>
--	--

<p>ОПК-4. Способен проводить тренировки занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта.</p>	<p>Знает основы: теории и методики обучения спортивной технике, тактике, развития и совершенствования физических качеств; организации участия спортсменов в соревнованиях по единоборствам, спортивной аэробике, биатлоне.</p> <p>Знает факторы, определяющие профессиональное мастерство в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p> <p>Знает: интерпретирует содержание, формы и методы планирования и организации тренировочной и соревновательной деятельности; основы теории и методики обучения в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p> <p>Умеет: определять цели и задачи спортивной подготовки спортсменов в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне; планировать учебно-тренировочные занятия с учетом возраста и пола занимающихся, санитарно-гигиенических основ, климатических, региональных, особенностей</p> <p>Умеет: разрабатывать перспективные и оперативные планы и программы конкретных занятий в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне со спортсменами массовых разрядов; оценивать нагрузку и в зависимости от результатов контроля корректировать её; с помощью комплекса тестов оценивать уровень общей и специальной работоспособности, функциональной готовности занимающихся и на основе этого вносить коррективы в тренировочный и соревновательный процесс.</p> <p>Умеет: оценивать и интерпретировать эффективность используемых средств и методов тренировки; определять причины типичных ошибок, определять приемы и средства к их устранению; анализировать результаты врачебно-педагогических наблюдений за спортсменами для контроля и корректировки тренировочного и соревновательного процессов в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p>
<p>ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.</p>	<p>Знает основные факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе спортивной деятельности; этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья занимающихся; основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы</p>

	<p>сердечно-легочной реанимации в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p> <p>Знает и понимает сущность: факторов и причин травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе спортивной деятельности; этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья занимающихся; основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p> <p>Знает полное содержание факторов и причин травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе спортивной деятельности; этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья занимающихся; основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p> <p>Умеет в типичных ситуациях 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 в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне; обеспечивать своевременное обращение за медицинской помощью.</p> <p>Умеет в зависимости от ситуации распознавать и оценить 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 в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне; обеспечивать своевременное обращение за медицинской помощью.</p> <p>Умеет в нестандартных ситуациях распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; оказывать первую помощь при возникновении</p>
--	--

	<p>неотложных состояниях и травматических повреждениях; распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне; обеспечивать своевременное обращение за медицинской помощью.</p>
<p>ОПК-8. Способен проводить работу по предотвращению применения допинга</p>	<p>Знает основы работы по предотвращению применения допинга в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p> <p>Знает и понимает основы работы по предотвращению применения допинга на различных этапах подготовки спортсменов в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p> <p>Знает интерпретирует работу по предотвращению применения допинга на различных этапах подготовки спортсменов в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне и у взрослого населения.</p> <hr/> <p>Умеет изучать основы работы по предотвращению применения допинга в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p> <p>Умеет оценивать основы работы по предотвращению применения допинга в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p> <p>Умеет интерпретировать современные способы работы по предотвращению применения допинга в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p>
<p>ОПК-13. Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта.</p>	<p>Знает основные правила проведения соревнований в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p> <p>Знает и понимает правила и регламенты проведения спортивных соревнований в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне; методические материалы по вопросам, касающимся деятельности спортивных судей; способы оказания первой помощи в условиях соревнования</p> <p>Знает; современную методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий; профилактические и организационные меры обеспечения безопасности проводимых соревнований; порядок допинг-контроля и антидопинговые правила; основы психологии; порядок составления установленной отчетности; нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией; передовой отечественный и зарубежный опыт судейства; основы налогового, гражданского, трудового, финансового и административного законодательства; правила по охране</p>

	<p>труда и пожарной безопасности в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p> <p>Умеет: организовать и судить спортивные соревнования в соответствии со своей квалификацией, судейской специализацией и категорией, с правилами единоборств, спортивной аэробики, биатлона и положением (регламентом) о спортивном соревновании.</p> <p>Умеет: осуществлять организацию и судейство, соблюдая требования спортивной этики, объективно и своевременно решает вопросы, возникающие в ходе соревнований; контролировать соблюдение правил единоборств, спортивной аэробики, биатлона спортсменами и тренерами</p> <p>Умеет: организовывать, проводить соревнования по единоборствам, спортивной аэробике, биатлону различного уровня; разрабатывать соответствующую документацию; осуществлять объективное судейство соревнований; разрешать спортивные споры при проведении соревнований; обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований; осуществлять функции судьи.</p>
<p>ОПК-14. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.</p>	<p>Знает методику обучения в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне; методы педагогического контроля; средства управления и критерии оценки уровня подготовленности спортсменов в условиях тренировочного и образовательного процессов.</p> <p>Знает и понимает традиционные средства и методы организации и проведения тренировочных занятий; методы педагогического контроля; методики обучения, развития, совершенствования технической, тактической, физической подготовки.</p> <p>Знает интерпретирует современные средства и методы организации и проведения тренировочных занятий на различных этапах подготовки спортсменов; методики обучения, развития, совершенствования технической, тактической, физической подготовки.</p> <p>Умеет изучать научно-методическую литературу; анализировать, сопоставлять основные направления в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне на современном этапе.</p> <p>Умеет оценивать и осуществлять методическое обеспечение; контролировать величину тренировочной нагрузки, объем нагрузки, интенсивность нагрузки в процессе тренировочного и образовательного процесса в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p>

	<p>Умеет интерпретировать и осуществлять методическое обеспечение; контролировать величину тренировочной нагрузки, объем нагрузки, интенсивность нагрузки в процессе тренировочного и образовательного процесса на различных этапах подготовки в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p>
<p>ПК-2. Способен разрабатывать программы физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, программы в сфере физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг</p>	<p>Знает основы разработки и реализации программ физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне; оказания физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании, в дополнительном образовании детей и взрослых</p> <p>Знает и понимает основы разработки и реализации программ физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне; оказания физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании, в дополнительном образовании детей и взрослых</p> <p>Знает и интерпретирует разработку и реализацию программ физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне; оказание физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании, в дополнительном образовании детей и взрослых.</p> <p>Умеет: применять на практике основы разработки и реализации программ физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне; оказывать физкультурно-оздоровительные и спортивные услуги в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании, в дополнительном образовании детей и взрослых</p> <p>Умеет: изучать и оценивать основы разработки и реализации программ физкультурно-оздоровительную и спортивно-массовую работу в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне; оказанные физкультурно-оздоровительные и спортивные услуги в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании, в дополнительном образовании детей и взрослых</p> <p>Умеет: интерпретировать разработку и реализацию программ физкультурно-оздоровительной и спортивно-</p>

	массовой работы в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне; оказание физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании, в дополнительном образовании детей и взрослых
--	--

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Преподавание учебной дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта» осуществляется в форме теоретических и практических занятий, самостоятельной работы студентов. Всего на дисциплину для студентов очной формы обучения отводится 576 часов (16 ЗЕТ) из них на контактную работу 256 ч., на самостоятельную работу 320ч. Форма контроля – зачет. Для студентов заочной формы обучения отводится 576 часов (16 ЗЕТ) из них на контактную работу 72ч., на самостоятельную работу 504ч. Форма контроля – зачет.

Таблица 1.1.

Распределение часов по формам занятий для студентов ОФО

Вид учебной работы		Всего часов	Часов в семестре		
			6	7	8
Общая трудоемкость	зач. ед.	16	4	6	6
	час	576	144	216	216
Из них:					
Часы аудиторной работы (всего):		256	70	94	92
Лекции		12	4	4	4
Практические занятия по подгруппам		244	66	90	88
Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося		320	74	122	124
Вид промежуточной аттестации			Зачет	Зачет	Зачет

Таблица 1.2.

Распределение часов по формам занятий для студентов ЗФО

Вид учебной работы		Всего часов	Часов в семестре		
			6	7	8
Общая трудоемкость	зач. ед.	16	4	6	6
	час	576	144	216	216
Из них:					
Часы аудиторной работы (всего):		72	16	28	28
Лекции		4	4	0	0
Практические занятия по подгруппам		68	12	28	28
Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося		504	128	188	188
Вид промежуточной аттестации			Зачет	Зачет	Зачет

3. Система оценивания

3.1. Для аттестации по дисциплине необходимо выполнить зачетные требования:

- 1) обязательное посещение лекционных и лабораторных занятий (1 балл);
- 2) своевременная сдача преподавателю учебной карточки, конспекта тренировочного занятия по предлагаемым темам (0-5 баллов);
- 3) качественная самостоятельная подготовка к лабораторным занятиям, активная работа на них (0-3 баллов);
- 4) активная, самостоятельная аудиторная и внеаудиторная работа студента в соответствии с планом;
- 5) написание контрольной работы и выступление с докладом/презентацией по этой теме (0-5 баллов);
- 6) проведение тренировочного занятия по подготовленному конспекту (0-5 баллов);
- 7) в случаях пропуска занятий, по каким-либо причинам, обязательно «отрабатывать» пропущенное занятие преподавателю во время индивидуальных консультаций.

В случае не полного выполнения указанных условий по уважительной причине, студент может получить индивидуальные задания и консультации по пропущенному учебному материалу.

Зачет студентам на 3 курсе семестре и 4 курсе 7-8 семестрах выставляется после выполнения всех требований.

Зачет может быть получен автоматически, если студент выполнил все методико-практические задания, не пропускал лекционных и лабораторных занятий, принимал активное участие в обсуждении вопросов по теме занятий.

Студенты, имеющие пропуски занятий без уважительных причин сдают зачет в форме собеседования по контрольным вопросам учебной дисциплины, все методико-практические задания.

Критерии выставления зачета:

«зачет» (61-100 баллов). Студент демонстрирует полное понимание проблемы. Все требования, предъявляемые к устному ответу выполнены. Сданы все методико-практические задания.

«незачет» (менее 60 баллов). Студент демонстрирует непонимание проблемы к устному ответу. Многие требования к зачету не выполнены.

При подготовке к устному ответу на контрольные вопросы к зачету студенту необходимо ориентироваться на рекомендуемую литературу.

Оцениваемые показатели ответов студентов:

1. Полнота изложения материала.
2. Последовательность изложения.
3. Владение речью и терминологией.
4. Умение иллюстрировать материал конкретными примерами.
5. Умение делать обобщение, выводы, сравнение.
6. Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов.
7. Лаконичность изложения.

Критерии оценки конспекта тренировочного занятия:

-работа выполняется письменно;

- содержательность конспекта, соответствие плану (выбранное направление, цель, задачи, возраст, уровень подготовленности, дозирование нагрузки, адекватный подбор средств и методов);
- соответствие оформления требованиям;
- грамотность изложения.

4. Содержание дисциплины

4.1. Тематический план дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта» на 3 курс 6 семестр ОФО/ЗФО

Таблица 2.1.

Тематический план дисциплины на 3 курс 6 семестр ОФО

№	Темы	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (в час.)			Иные виды контактной работы
			Лекции	Практические занятия	Практические занятия по подгруппам	
1	2		3	4	5	6
1	Введение в предмет «Биатлон»	4	2	0	0	
2	Техника безопасности стрельбы в биатлоне	4	0	0	2	
3	Техника безопасности на занятиях единоборствами. Особенности физической подготовки на начальном этапе многолетней подготовки спортсменов,	4	0	0	2	
4	Обучение техники выполнения базовых шагов в спортивной аэробике	4	0	0	2	
5	Основа производства меткого выстрела в биатлоне	4	2	0	0	
6	Обучение работе с пневматической винтовкой в биатлоне	4	0	0	2	
7	Формирование знаний, умений и двигательных навыков, направленных на достижение оптимального уровня физической и функциональной подготовленности в единоборствах	4	0	0	2	
8	Проведение комплексов упражнений для обучения прыжковым элементам в спортивной аэробике	4	0	0	2	
9	Обучение элементам техники стрельбы в биатлоне	4	0	0	2	
10	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий у спортсменов на этапе начальной подготовки в единоборствах	4	0	0	2	

11	Проведение комплексов упражнений для обучения прыжковым элементам в спортивной аэробике	4	0	0	2	
12	Обучение технике стрельбы в биатлоне	4	0	0	2	
13	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий на этапе ранней специализации спортсменов в единоборствах	4	0	0	2	
14	Проведение комплексов упражнений для обучения элементам гибкости в спортивной аэробике	4	0	0	2	
15	Обучение технике стрельбы в биатлоне	4	0	0	2	
16	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий на этапе ранней специализации спортсменов в единоборствах	4	0	0	2	
17	Проведение комплексов упражнений для обучения элементам гибкости в спортивной аэробике	4	0	0	2	
18	Обучение технике стрельбы в биатлоне	4	0	0	2	
19	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий на этапе углубленной специализации спортсменов в единоборствах	4	0	0	2	
20	Проведение комплексов упражнений для обучения элементам динамики в спортивной аэробике	4	0	0	2	
21	Обучение технике стрельбы в биатлоне	4	0	0	2	
22	Физическая подготовка, совершенствование техники двигательных действий у спортсменов на этапе углубленной специализации в единоборствах	4	0	0	2	
23	Проведение комплекса упражнений для обучения элементам динамики в спортивной аэробике	4	0	0	2	
24	Формирование навыков стрельбы в биатлоне	4	0	0	2	
25	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий у спортсменов на этапе спортивного совершенствования в единоборствах	4	0	0	2	
26	Проведение комплекса упражнений для обучения элементам статики в спортивной аэробике	4	0	0	2	
27	Формирование навыков стрельбы в биатлоне	4	0	0	2	
28	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий на этапе спортивного совершенствования в единоборствах	4	0	0	2	
29	Проведение комплекса упражнений для обучения элементам статики в спортивной аэробике	4	0	0	2	
30	Формирование навыков стрельбы в биатлоне	4	0	0	2	
31	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных	4	0	0	2	

	действий у спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства в единоборствах					
32	Формирование навыка оказания первой помощи на занятиях спортивной аэробикой	4	0	0	2	
33	Формирование навыков стрельбы в биатлоне	4	0	0	2	
34	Организация и проведение физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в единоборствах	6	0	0	2	
35	Формирование навыка оказания первой доврачебной помощи на занятиях спортивной аэробикой	4	0	0	2	
	Зачет	2				2
	Итого (часов)	144	4	0	66	

Таблица 2.2

Тематический план дисциплины на 3 курс 6 семестр ЗФО

№	Темы	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (в час.)			Иные виды контактной работы
			Лекции	Практические занятия	Практические занятия по подгруппам	
1	2	3	4	5	6	
1	Введение в предмет: биатлон	16	2	0	0	
2	Развитие общих и специальных физических качеств, формирование знаний, умений и двигательных навыков на начальном этапе многолетней подготовки спортсменов в единоборствах	16	0	0	2	
3	Обучение техники стрельбы в биатлоне	16	0	0	2	
4	Обучение технике выполнения базовых шагов в спортивной аэробике	16	0	0	2	
5	История и специфика спортивной аэробики	16	2	0	0	
6	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий на этапе ранней специализации спортсменов в единоборствах	16	0	0	2	
7	Обучение техники стрельбы в биатлоне	16	0	0	2	

8	Методико-практическое занятие	16	0	0	2	
9	Зачет	2	0	0	0	2
	Итого (часов)	144	4	0	12	16

Таблица 2.3

Тематический план дисциплины на 4 курс 7 семестр ОФО

№	Темы	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (в час.)			Иные виды контактной работы
			Лекции	Практические занятия	Практические занятия по подгруппам	
1	2		3	4	5	6
1	История спортивной и фитнес аэробики		2	0	0	
2	Основа производства меткого выстрела в биатлоне	4	0	0	2	
3	Совершенствование техники выполнения базовых шагов в спортивной аэробике	4	0	0	2	
4	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах	4	0	0	2	
5	Периодизация спортивной тренировки в спортивной аэробике	4	2	0	0	
6	Обучение технике двигательных действий в биатлоне	4	0	0	2	
7	Физическая подготовка, обучение и совершенствование двигательным действиям в спортивной аэробике	4	0	0	2	
8	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах	4	0	0	2	
9	Производство выстрела в биатлоне	4	0	0	2	
10	Проведение основной части занятия для обучения САД в спортивной аэробике	4	0	0	2	
11	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах	4	0	0	2	
12	Совершенствование технике выстрела в биатлоне	4	0	0	2	
13	Проведение основной части занятия для обучения элементам гибкости в спортивной аэробике	4	0	0	2	

14	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах	4	0	0	2	
15	Совершенствование техники выстрела	4	0	0	2	
16	Проведение основной части занятия для обучения элементам гибкости в спортивной аэробике	4	0	0	2	
17	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах	4	0	0	2	
18	Совершенствование технике выстрела	4	0	0	2	
19	Проведение основной части занятия для обучения элементам динамики в спортивной аэробике	4	0	0	2	
20	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах	4	0	0	2	
21	Совершенствование технике выстрела	5	0	0	2	
22	Проведение основной части занятия для обучения элементам динамики в спортивной аэробике	5	0	0	2	
23	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах	5	0	0	2	
24	Совершенствование технике выстрела	5	0	0	2	
25	Проведение основной части занятия для обучения элементам статики в спортивной аэробике	5	0	0	2	
26	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах	5	0	0	2	
27	Совершенствование технике выстрела	5	0	0	2	
28	Проведение основной части занятия для обучения элементам статики в спортивной аэробике	5	0	0	2	
29	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах	5	0	0	2	
30	Совершенствование техники выстрела	5	0	0	2	
31	Проведение основной части занятия для обучения прыжковым элементам в спортивной аэробике	5	0	0	2	
32	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах	5	0	0	2	
33	Совершенствование технике выстрела	5	0	0	2	
34	Проведение основной части занятия для обучения прыжковым элементам в спортивной аэробике	5	0	0	2	

35	Обучение и совершенствование техническим и технико-тактическим действиям в стойке и партере	5	0	0	2	
36	Совершенствование технике выстрела	5	0	0	2	
37	Формирование навыка оказания первой помощи на занятиях в спортивной аэробике	5	0	0	2	
38	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в стойке и партере	5	0	0	2	
39	Совершенствование техники выстрела	5	0	0	2	
40	Мини-соревнования "Я-судья" в спортивной аэробике	5	0	0	2	
41	Физическая подготовка, совершенствование техники двигательных действий в стойке и партере	5	0	0	2	
42	Совершенствование технике выстрела	5	0	0	2	
43	Мини-соревнования "Я-судья" в спортивной аэробике	5	0	0	2	
44	Физическая подготовка, совершенствование техники двигательных действий в стойке и партере	5	0	0	2	
45	Стрельба по правилам "ГТО"	5	0	0	2	
46	Особенности проведения занятия с дошкольниками в спортивной аэробике	5	0	0	2	
47	Физическая подготовка, совершенствование техники двигательных действий в стойке и партере в единоборствах	5	0	0	2	
	Зачет	2				2
	Итого (часов)	216	4	0	90	

Таблица 2.4

Тематический план дисциплины на 4 курс 7 семестр ЗФО

№	Темы	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (в час.)			
			Лекции	Практические занятия	Практические занятия по подгруппам	Иные виды контактной работы
1	2	3	4	5	6	
1	Физическая подготовка, совершенствование техники двигательных действий у	15	0	0	2	2

	спортсменов на этапе углубленной специализации в единоборствах					
2	Физическая подготовка, обучение и совершенствование двигательным действиям в спортивной аэробике	15	0	0	2	2
3	Основа производства выстрела	15	0	0	2	2
4	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий на этапе ранней специализации спортсменов в единоборствах	15	0	0	2	2
5	Проведение основной части занятия для обучения элементам динамики	15	0	0	2	2
6	Обучение техники стрельбы	15	0	0	2	2
7	Физическая подготовка, совершенствование техники , технико-тактических двигательных действий у спортсменов на этапе углубленной специализации в единоборствах	15	0	0	2	2
8	Проведение основной части занятия для обучения элементам гибкости в спортивной аэробике	15	0	0	2	2
9	Совершенствование техники стрельбы	15	0	0	2	2
10	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий у спортсменов на этапе спортивного совершенствования в единоборствах	15	0	0	2	2
11	Проведение основной части занятия для обучения прыжковым элементам	16	0	0	2	2
12	Совершенствование техники стрельбы	16	0	0	2	2
13	Организация и проведение физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в единоборствах	16	0	0	2	2
14	Проведение основной части занятия для обучения элементам статики в спортивной аэробике	16	0	0	2	2
	Зачет	2				2
	Итого (часов)	216		0	26	

4.5. Тематический план дисциплины 4 курс 8 семестр ОФО

№	Темы	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (в час.)			
			Лекции	Практические занятия	Практические занятия по подгруппам	Иные виды контактной работы
1	2		3	4	5	6
1	Обучение и методика обучения технике двигательных действий в спортивных единоборствах	4	2	0	0	
2	Совершенствование техники в биатлоне	4	0	0	2	
3	Особенности проведения занятий с дошкольниками в спортивной аэробике	4	0	0	2	
4	Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе начальной подготовки спортсменов в единоборствах	4	0	0	2	
5	Особенности общей и специальной физической подготовки в спортивных единоборствах	4	2	0	0	
6	Совершенствование техники в биатлоне	4	0	0	2	
7	Проведение основной части занятия для дошкольников в спортивной аэробике	4	0	0	2	
8	Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе начальной подготовки спортсменов в единоборствах	4	0	0	2	
9	Совершенствование техники в биатлоне	4	0	0	2	
10	Проведение основной части физкультурно-оздоровительного занятия в спортивной аэробике	4	0	0	2	
11	Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе ранней специализации спортсменов в единоборствах	4	0	0	2	
12	Совершенствование технике выстрела в биатлоне	4	0	0	2	

13	Проведение основной части занятия для обучения элементам гибкости в спортивной аэробике	4	0	0	2	
14	Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе ранней специализации спортсменов в единоборствах	4	0	0	2	
15	Совершенствование технике выстрела в биатлоне	5	0	0	2	
16	Проведение основной части занятия для обучения элементам динамики в спортивной аэробике	5	0	0	2	
17	Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе углубленной специализации спортсменов в единоборствах	5	0	0	2	
18	Совершенствование техники в биатлоне	5	0	0	2	
19	Проведение основной части занятия для обучения элементам статики в спортивной аэробике	5	0	0	2	
20	Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе углубленной специализации спортсменов в единоборствах	5	0	0	2	
21	Формирование навыков стрельбы в биатлоне	5	0	0	2	
22	Проведение основной части занятия для обучения прыжковым элементам в спортивной аэробике	5	0	0	2	
23	Диагностика физического состояния спортсменов. Методика совершенствование физических кондиций на этапе спортивного совершенствования в единоборствах	5	0	0	2	
24	Формирование навыков в биатлоне	5	0	0	2	
25	Проведение основной части занятия для обучения акробатике	5	0	0	2	
26	Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе спортивного совершенствования спортсменов в единоборствах	5	0	0	2	
7	Формирование техники двигательных действий в биатлоне	5	0	0	2	
28	Метод case-study в спортивной аэробике	5	0	0	2	
29	Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе спортивного совершенствования в единоборствах	5	0	0	2	
30	Формирование техники двигательных действий в биатлоне	5	0	0	2	
31	Мини-соревнование по ОФП в спортивной аэробике	5	0	0	2	

32	Методика обучения и совершенствования технико-тактических двигательных действий и физических кондиций на этапе высшего спортивного мастерства в единоборствах	5	0	0	2	
33	Формирование техники двигательных действий в биатлоне	5	0	0	2	
34	Мини-соревнование по СФП в спортивной аэробике	5	0	0	2	
35	Методика совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе высшего спортивного мастерства в единоборствах	5	0	0	2	
36	Формирование техники двигательных действий в биатлоне	5	0	0	2	
37	Мини-соревнования "Я-судья" в спортивной аэробике	5	0	0	2	
38	Методика совершенствования технико-тактических двигательных действий и физических кондиций на этапе высшего спортивного мастерства в единоборствах	5	0	0	2	
39	Формирование двигательных действий в биатлоне	5	0	0	2	
40	Формирование навыка оказания первой доврачебной помощи" в спортивной аэробике	5	0	0	2	
41	Особенности организации и проведение личных соревнований. Методика совершенствования технико-тактических двигательных действий и физических кондиций в единоборствах	5	0	0	2	
42	Формирование навыков стрельбы в биатлоне	5	0	0	2	
43	Подвижные игры в спортивной аэробике	5	0	0	2	
44	Особенности организации командных соревнований. Методика совершенствования технико-тактических двигательных действий и физических кондиций в единоборствах	5	0	0	2	
45	Формирование навыков в биатлоне	5	0	0	2	
46	Методика совершенствования технико-тактических двигательных действий в стойке и партере в единоборствах	5	0	0	2	
	Зачет	2	0	0	0	2
	Итого (часов)	216	4	0	88	

Тематический план дисциплины 4 курс 8 семестр ЗФО

№	Темы	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (в час.)			
			Лекции	Практические занятия	Практические занятия по подгруппам	Иные виды контактной работы
1	2	3	4	5	6	
1	Физическая подготовка, совершенствование техники двигательных действий у спортсменов на этапе спортивного совершенствования	15	0	0	2	
2	Особенности проведения занятий с дошкольниками в спортивной аэробике	15	0	0	2	
3	Формирование навыков стрельбы в биатлоне	15	0	0	2	
4	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах	15	0	0	2	
5	Проведение основной части занятия для дошкольников в спортивной аэробике	15	0	0	2	
6	Формирование навыков стрельбы в биатлоне	15	0	0	2	
7	Методика обучения и совершенствования технике двигательных действий на этапе начальной подготовки спортсменов в единоборствах	15	0	0	2	
8	Проведение основной части занятия для обучения элементам гибкости в спортивной аэробике	15	0	0	2	
9	Формирование навыков стрельбы в биатлоне	15	0	0	2	
10	Диагностика физического состояния спортсменов. Методика совершенствование физических кондиций на этапе спортивного совершенствования в единоборствах	15	0	0	2	
11	Проведение основной части занятия для обучения элементам динамики в спортивной аэробике	16	0	0	2	
12	Формирование навыков стрельбы в биатлоне	16	0	0	2	
13	Особенности организации личных и командных соревнований. Методика совершенствования технико-тактических двигательных действий и физических кондиций в единоборствах	16	0	0	2	

14	Проведение основной части занятия для обучения акробатическим и прыжковым элементам в спортивной аэробике	16	0	0	2	
15	Зачет	2	0	0	0	2
	Итого (часов)	216	0	0	28	

4.2. Содержание дисциплины (модуля) по темам

Содержание дисциплины (модуля) по темам 3 курс 6 семестр

Теоретические занятия

1. "Введение в предмет"

Темы: Характеристика биатлона; История развития биатлона в мире, России, тюменской области. Техника безопасности.

2. "Основа производства меткого выстрела"

Основа теории спортивно-пулевой стрельбы в биатлоне.

Траектория полета пуль. Рассеивание пуль. Площадь рассеивания и средняя точка попадания (СТП).

Общие положения техники стрельбы. Техничко-тактические действия в биатлоне. Факторы влияющие на точность стрельбы.

Практические занятия по подгруппам

Учебно-тренировочные занятия, направленные на развитие общей и специальной физической подготовки в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне включают применение и закрепление полученных теоретических знаний и методических умений. Основной задачей практических занятий является формирование знаний, умений и двигательных навыков, направленных на достижение оптимального уровня физической и функциональной подготовленности, укрепление здоровья, повышение аэробной работоспособности и адаптационных возможностей организма, уровня силы, быстроты движений, выносливости, ловкости и гибкости. Освоение уровня специализированных тренировочных нагрузок, развитие специальных физических качеств путем оптимального сочетания уровней аэробной и анаэробной производительности. Организация и методика проведения тренировочных занятий, направленных на развитие общей и специальной физической подготовки.

1. "Техника безопасности стрельбы в биатлоне"

Инструктаж по технике безопасности и правилах поведения в тирах и на стрельбищах. Изучить строение пневматической винтовки.

Правила обращения с оружием на огневом рубеже. Обучение работе с пневматической винтовкой.

2. "Техника безопасности на занятиях единоборствами. Особенности физической подготовки на начальном этапе многолетней подготовки спортсменов"

Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях, основные причины возникновения травм, меры предупреждения травматизма, правила оказания первой медицинской помощи.

Развитие общих и специальных физических качеств на начальном этапе многолетней подготовки спортсменов.

Подготовка и проведение студентами подготовительной части занятия учитывая этап многолетней подготовки и уровень подготовленности спортсменов

3. "Обучение технике выполнения базовых шагов в спортивной аэробике"

Ознакомление с базовыми шагами спортивной аэробики: march, jog, skip, kneelift, kick, jack, lunge.

Обучение технике выполнения элементов группы С - прыжки (tuckjump, cossack, airturn).

Развитие гибкости (наклоны из стойки ноги врозь и сомкнутой стойки, из положения сед и сед ноги врозь, шпагаты).

4. "Обучение работе с пневматической винтовкой в биатлоне"

Инструктаж по технике безопасности.

Обучение работе с пневматической винтовкой. Обучение зарядке и разрядке оружия. Ознакомить с элементами техники стрельбы из пневматической винтовки.

Изучение этапа начальной спортивной специализации в многолетней подготовке.

5. "Формирование знаний, умений и двигательных навыков, направленных на достижение оптимального уровня физической и функциональной подготовленности в единоборствах"

Особенности обучения технике двигательных действий на начальном этапе многолетней подготовки спортсменов

Обучение технике падения (УКЕМИ) в единоборствах;

- на бок – Yoko (Sokuho) – ukemi;
- на спину – Ushiro (Koho) – ukemi;
- на живот – Mae (Zenpo) – ukemi;
- кувырком – Zenpo-tenkai-ukemi;
- падение на бок через партнера;
- кувырок через партнера;
- падение на спину через партнера

Развитие общих и специальных физических качеств на начальном этапе многолетней подготовки спортсменов.

Подготовка и проведение студентами подготовительной части занятия учитывая этап многолетней подготовки и уровень подготовленности спортсменов

6. "Проведение комплексов упражнений для обучения прыжковым элементам в спортивной аэробике"

Обучение соединению аэробных движений в спортивной аэробике. Выполнение разученной САД.

Проведение комплекса упражнения для обучения: tuckjump, cossack, airturn.

Развитие гибкости. Ознакомление с техникой выполнения элементов группы D - гибкость: splitroll, pancake, verticalsplit, turn.

7. "Обучение элементам техники стрельбы в биатлоне"

Инструктаж по технике безопасности.

Обучение основным элементам техники стрелковых упражнений.

Изготовка, прицеливание.

Стрельба из пневматической винтовки по мишени, положение сидя по три выстрела.

8. "Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий у спортсменов на этапе начальной подготовки в единоборствах"

Особенности организации тренировочных занятий на этапе начальной подготовки.

Обучение технике техники двигательных действий - выведение из равновесия (KUZUSHI):

- вперед – Mae-kuzushi;

- вперед-вправо – Mae-migi- kuzushi;

Контрольные нормативы по ОФП: прыжок в длину с места (см.) - максимальный бал - 2;

Контрольные нормативы по СФП: поднимание туловища лежа на спине за 20 с. (раз) - максимальный бал - 3

12. "Проведение комплексов упражнений для обучения элементам гибкости в спортивной аэробике"

Проведение круговой разминки 10 станций (скоростно-силовая, статическая работа).

Проведение комплекса упражнений для обучения техники выполнения элементов группы D - гибкость: splitroll, pancake, verticalsplit, turn.

Развитие скоростно-силовых способностей. Ознакомление с элементами динамики: pushup (на одной руке и ноге, lateral, wenson, A-framewithturn),

13. "Обучение технике стрельбы в биатлоне"

Формирование техники стрелковых упражнений (изготовка, прицеливание, дыхание, обработка спускового крюка)..

Обучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки из положения лежа.

14. "Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий на этапе ранней специализации спортсменов в единоборствах"

Особенности проведения тренировочных занятий на этапе ранней специализации спортсменов

Совершенствование техники двигательных действий в стойке - выведение из равновесия:

- вперед – Mae-kuzushi; - вперед-вправо – Mae-migi- kuzushi;
- назад – Ushiro- kuzushi; - вперед-влево – Mae-hidari- kuzushi
- вправо – Migi- kuzushi;- назад-вправо – Ushiro-migi – kuzushi;
- влево – Hidari- kuzushi;- назад-влево – Ushiro-hidari – kuzushi

Обучение технико-тактическим действиям в стойке: выведение из равновесия - вправо - бросок подсечка в темп шагов; выведение из равновесия влево - бросок подсечка в темп шагов

Особенности развития общих и специальных физических качеств у спортсменов на этапе ранней специализации

Подготовка и проведение студентами подготовительной части занятия учитывая этап многолетней подготовки и уровень подготовленности спортсменов

Диагностика уровня технической подготовленности, сопоставление результатов с установленными критериями оценки

Контрольные нормативы по технике двигательных действий:

Падения (UKEMI): максимальное количество баллов - 5

- на бок – Yoko (Sokuho) – ukemi; - падение на бок через партнера;
- на спину – Ushiro (Koho) – ukemi; - кувырок через партнера;
- на живот – Mae (Zenpo) – ukemi; - падение на спину через партнера;
- кувырком – Zenpo-tenkai-ukemi;

Выведение из равновесия (KUZUSHI): максимальное количество баллов - 5

- вперед – Mae-kuzushi;- вперед-вправо – Mae-migi- kuzushi;
- назад – Ushiro- kuzushi; - вперед-влево – Mae-hidari- kuzushi
- вправо – Migi- kuzushi; - назад-вправо – Ushiro-migi – kuzushi;
- влево – Hidari- kuzushi;- назад-влево – Ushiro-hidari – kuzushi

15. "Проведение комплексов упражнений для обучения элементам гибкости в спортивной аэробике"

Проведение круговой разминки - 10 станций (силовая выносливость, скоростно-силовая работа).

Проведение комплекса упражнений для обучения техники выполнения элементов группы D - balance, turn, highkick, illusion.

Развитие скоростно-силовых способностей. Техника выполнения элементов динамики: на одной руке и ноге, lateral, wenson, A-framewithturn.

Сдача контрольных нормативов - 3 упражнения (1 - гибкость и 2 - координация).

16. "Обучение технике стрельбы в биатлоне"

Формирование навыков методики обучения техники стрелковых упражнений.

Совершенствование техники стрельбы по мишени из положения лежа с проверкой изготовления (грубая наводка) в умеренном темпе по три выстрела.

17. "Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий на этапе углубленной специализации спортсменов в единоборствах"

Особенности обучения и совершенствования техники двигательных действий у спортсменов на этапе углубленной специализации

Обучение технике двигательных действий в партере - удержания (техника сковывающих действий – KATAME – WAZA):

- удержание сбоку – Non-kesa-gatame

-уходы от удержания сбоку

Совершенствование техники двигательных действий: выведение из равновесия - бросок подсечка в темп шагов

Особенности развития общих и специальных физических качеств у спортсменов на этапе углубленной специализации

Подготовка и проведение студентами подготовительной части занятия учитывая этап многолетней подготовки и уровень подготовленности спортсменов

Подготовка и проведение студентами учебной карточки, направленной на совершенствование технико-тактического действия - выведение из равновесия - бросок подсечка в темп шагов

18. "Проведение комплексов упражнений для обучения элементам динамики в спортивной аэробике"

Проведение комплекса упражнений для обучения техники выполнения элементов группы А - pushup (на одной руке и ноге, lateral, wenson), A-framewithturn, helicopter.

Развитие силовых способностей (упражнения с собственным весом на шведской стенке и в парах).

Ознакомление с элементами статики: straddlesupport (turn, 1 arm, L-, V-) и planche.

19. "Обучение технике стрельбы в биатлоне"

Формирование техники стрелковых упражнений(изготовка, прицеливание, дыхание, обработка спускового крюка)..

Обучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки из положения стоя.

21. "Физическая подготовка, совершенствование техники двигательных действий у спортсменов на этапе углубленной специализации в единоборствах"

Особенности совершенствования техники двигательных действий у спортсменов на этапе углубленной специализации

Совершенствование техники двигательных действий в партере - удержания (техника сковывающих действий – KATAME – WAZA):

- удержание сбоку – выполнение технического действия из различных положений
-защиты, уходы от удержания сбоку

Совершенствование техники двигательных действий прямая комбинация - стойка-партер: бросок подсечка в темп шагов - удержание сбоку

Совершенствование техники двигательных действий - комбинация выведение из равновесия-бросок-удержание: выведение из равновесия (вправо/влево) - бросокподсечка в темп шагов - удержание сбоку

Развитие общих и специальных физических качеств у спортсменов на этапе углубленной специализации

Подготовка и проведение студентами подготовительной части занятия учитывая этап многолетней подготовки и уровень подготовленности спортсменов

Подготовка и проведение студентами учебной карточки, направленной на совершенствование технико-тактического действия - бросок подсечка в темп шагов - удержание сбоку

22. "Проведение комплекса упражнений для обучения элементам динамики в спортивной аэробике"

Проведение комплекса упражнений для обучения техники выполнения элементов группы А - pushup (на одной руке и ноге, lateral, wenson), А-framewithturn, helicopter.

Развитие силовых способностей. Ознакомление с элементами статики: straddlesupport (turn, 1 arm, L-, V-) и planche.

Сдача контрольных нормативов - 3 упражнения (1 - сила и 2 - скоростно-силовые).

23. "Формирование навыков стрельбы в биатлоне"

Методика обучения техники стрелковых упражнений.

Совершенствование техники стрельбы по мишени из положения стоя с проверкой изготовки (грубая наводка) в умеренном темпе по три выстрела.

24. "Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий у спортсменов на этапе спортивного совершенствования в единоборствах"

Особенности обучения и совершенствования техники двигательных действий у спортсменов на этапе спортивного совершенствования

Обучение техникедвигательныхдействий в партере - удержания (техника сковывающих действий – КАТАМЕ – WAZA):

- удержание поперек;

– защиты, уходы от удержания поперек

Совершенствование техники двигательных действий - комбинация выведение из равновесия-бросок-удержание: выведение из равновесия (вправо/влево) - бросок подсечка в темп шагов - удержание сбоку/поперек

Учебно-тренировочные схватки

Совершенствование уровня физической подготовленности спортсменов на этапе спортивного совершенствования

Подготовка и проведение студентами подготовительной части занятия учитывая этап многолетней подготовки и уровень подготовленности спортсменов

Диагностика уровня общей физической подготовленности спортсменов, сопоставление результатов с установленными критериями оценки

Контрольные нормативы по ОФП: Подтягивание на перекладине (раз) (М) - максимальный бал - 2;

Поднимание туловища из положения, лежа за 20 с (раз) (Ж) - максимальный бал - 2;

Наклон туловища вперед из положения сед (см.) - максимальный бал - 1.

25. "Проведение комплекса упражнений для обучения элементам статики в спортивной аэробике"

Силовая разминка (повторный метод).

Проведение комплекса упражнений для обучения элементам группы В - straddlesupport (turn, 1 arm, L-, V-) и planche

Сдача 3 упражнений из списка контрольных нормативов.

26. "Формирование навыков стрельбы в биатлоне"

Методика обучения техники стрелковых упражнений.

Совершенствование действий элементов техники, с введением скоростной стрельбы по мишени из положения лежа с проверкой изготовления (грубая наводка) по три выстрела.

27. "Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий на этапе спортивного совершенствования в единоборствах"

Особенности обучения и совершенствования техники двигательных действий у спортсменов на этапе спортивного совершенствования

Обучение технике двигательных действий в партере - удержания (техника сковывающих действий – КАТАМЕ – WAZA), защиты и уходы от удержаний:

- удержание со стороны головы – Kami- shiho-gatame;

- удержание поперек – защиты, уходы от удержания

Совершенствование техники двигательных действий в партере: удержание сбоку – защиты, уходы от удержания

Совершенствование технико-тактических двигательных действий - комбинация выведение из равновесия-бросок-удержание: выведение из равновесия (вправо/влево) – бросок подсечка в темп шагов - удержание сбоку/поперек

Учебно-тренировочные схватки

Подготовка и проведение студентами подготовительной части занятия учитывая этап многолетней подготовки и уровень подготовленности спортсменов

Особенности совершенствования уровня физической подготовленности спортсменов на этапе спортивного совершенствования

Подготовка и проведение студентами учебной карточки, направленной на совершенствование уровня физической подготовленности спортсменов на этапе спортивного совершенствования

28. "Проведение комплекса упражнений для обучения элементам статики в спортивной аэробике"

Силовая разминка (повторный метод).

Проведение комплекса упражнений для обучения элементам группы В - straddlesupport (turn, 1 arm, L-, V-) и planche.

Ознакомление с навыками первой доврачебной помощи на занятиях спортивной аэробикой.

29. "Формирование навыков стрельбы в биатлоне "

Методика обучения техники стрелковых упражнений.

Совершенствование действий элементов техники, с введением скоростной стрельбы по мишени из положения стоя с проверкой изготовления (грубая наводка) по три выстрела.

30. "Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий у спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства в единоборствах"

Особенности обучения и совершенствования техники двигательных действий на этапе высшего спортивного мастерства

Обучение технике двигательных действий в стойке -бросок задняя подножка (самбо), бросок отхват O-soto-gari (дзюдо)

Обучение технике двигательных действий в партере (дзюдо, самбо) - удержания (техника сковывающих действий – KATAME – WAZA), защиты и уходы от удержаний:

-удержание со стороны головы – защиты, уходы от удержания

Совершенствование техники двигательных действий в партере: удержание сбоку, удержание поперек – защиты, уходы от удержаний (выполнение заданий в вариативных ситуациях)

Совершенствование технико-тактических двигательных действий - комбинация выведение из равновесия-бросок-удержание: выведение из равновесия (вправо/влево) - бросок подсечка в темп шагов - удержание сбоку/поперек/со стороны головы- удержание сбоку/поперек/со стороны головы

Учебно-тренировочные схватки

Подготовка и проведение студентами подготовительной части занятия учитывая этап многолетней подготовки и уровень подготовленности спортсменов

Особенности совершенствования уровня физической подготовленности спортсменов на этапе спортивного совершенствования

Подготовка и проведение студентами учебной карточки, направленной на совершенствование уровня физической подготовленности спортсменов на этапе спортивного совершенствования

31. "Формирование навыка оказания первой помощи на занятиях по спортивной аэробике"

Проведение Ролевой игры "Тренер - травма".

Ознакомление с акробатическими элементами в спортивной аэробике: колесо, рондат, поворот (вперед, назад), стойка на руках

32. "Формирование навыков стрельбы в биатлоне"

Методика обучения техники стрелковых упражнений.

Совершенствование действий элементов техники, с введением скоростной стрельбы по мишени из положения лежа с проверкой изготовки (грубая наводка) по три выстрела.

Совершенствование действий элементов техники, с введением скоростной стрельбы по мишени из положения стоя с проверкой изготовки, по три выстрела.

33. "Организация и проведение физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы "

Особенности организации и проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы

Подготовка и проведение студентами физкультурно-оздоровительного мероприятия (положение, сценарий, ответственные за проведение мероприятия, варианты: в общеобразовательной школе, в спортивной школе, в спортивно-оздоровительном лагере, в детском оздоровительном центре)

Подготовка и проведение студентами спортивно-массового мероприятия (календарь спортивных мероприятий, положение, сценарий, ответственные за проведение мероприятия, варианты: в спортивной школе, в спортивно-оздоровительном лагере)

Совершенствование уровня специальной физической подготовленности спортсменов

34. "Формирование навыка оказания первой доврачебной помощи в спортивной аэробике"

Проведение Ролевой игры "Тренер-травма"

Проведение комплекса упражнений для обучения акробатическим элементам: колесо, рондат, переворот (вперед, назад), стойка на руках.

35. "Сдача зачетных требований по дисциплине"

Для получения зачета по дисциплине "Теория и методика избранного вида спорта" необходимо сдать нормативные требования по биатлону, единоборствам, спортивной аэробике.

Содержание дисциплины (модуля) по темам 4 курс 7 семестр ОФО

Теоретические занятия

1. "История спортивной и фитнес аэробики"

План лекции:

1. Понятие и история спортивной и фитнес аэробики.
2. Виды аэробики и их значение в сфере ФК.
3. Структура и содержание занятия.

2. "Периодизация спортивной тренировки в спортивной аэробике"

Цель лекционного занятия - планирование тренировочного процесса в спортивной аэробике на основе знаний его структуры и периодизации.

План лекции:

1. Микроциклы, мезоциклы, макроциклы тренировочного процесса.
2. Этапы и периоды большого тренировочного цикла.
3. Спортивная форма как основа периодизации тренировочного процесса.

Практические занятия по подгруппам

Учебно-тренировочные занятия, направленные на обучение техническим, технико-тактическим действиям в биатлоне, спортивной аэробике, единоборствах включают применение и закрепление полученных теоретических знаний и методических умений. Основной практической задачей является повышение уровня двигательных навыков, освоение основных технических, технико-тактических действий. Организация, методика проведения учебно-тренировочных занятий, направленных на обучение технических, технико-тактических действий.

1. "Основа производства меткого выстрела в биатлоне"

Инструктаж по технике безопасности.

Изучение этапа совершенствования спортивной специализации в многолетней подготовке.

Совершенствование в работе с пневматической винтовкой (биатлон-7-5).

Совершенствование заряжению и разряжению оружия.

Ознакомить с элементами техники стрельбы из пневматической винтовки (биатлон-7-5).

Основа производства меткого выстрела. Техничко-тактические действия в биатлоне.

2. "Совершенствование техники выполнения базовых шагов в спортивной аэробике"

Совершенствование базовых шагов (march, jog, skip, kneelift, kick, jack, lunge) спортивной аэробики при выполнении САД.

Техника выполнения элементов группы С - прыжки tuckjump, cossack, airturn.

Развитие гибкости (наклоны из стойки ноги врозь и сомкнутой стойки, из положения сед и сед ноги врозь, шпагаты).

3. "Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах"

Особенности обучения и совершенствования техники двигательных действий на начальном этапе подготовки спортсменов

Обучение техники бросков в дзюдо (NAGE- WAZA):

- бросок скручиванием вокруг бедра – Uki-goshi;

- бросок через бедро подбивом – O-goshi;

Совершенствование техники двигательных действий в партере: удержания, уходы от удержаний

Учебно-тренировочные схватки

Совершенствование специальных физических качеств

Подготовка и проведение студентами основной части занятия учитывая этап многолетней подготовки и уровень подготовленности спортсменов

4. "Обучение технике двигательных действий в биатлоне"

Формирование техники стрелковых упражнений (изготовка, прицеливание, дыхание, обработка спускового крюка)..

Обучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки (биатлон 7-5) из положения лежа.

5. "Физическая подготовка, обучение и совершенствование двигательным действиям в спортивной аэробике"

Обучение соединению аэробных движений в спортивной аэробике в сочетании с движениями руками. Выполнение разученной САД.

Развитие гибкости. Формирование навыка техники выполнения элементов группы D - гибкость splitroll, pancake, verticalsplit, turn.

6. "Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах"

Особенности обучения и совершенствования техники, технико-тактических действий, совершенствование физических кондиций на начальном этапе многолетней подготовки

Обучение технике приемов в партере:

Перевороты на удержания (дзюдо, самбо):

- переворот с захватом рук – Yoko-kaeri-waza;

- переворот с захватом руки и ноги – Yoko-kaeri- waza;

Перевороты на удержания (греко-римская и вольная борьба):

- перевороты скручиванием захватом предплечья изнутри;

- перевороты забеганием захватом шеи из-под плеча;

Совершенствование бросков в стойке:

-бросок скручиванием вокруг бедра;

- бросок через бедро подбивом

Совершенствование технико-тактических действий в стойке: выведение из равновесия вперед-вправо/вперед-влево - бросок скручиванием вокруг бедра; выведение из равновесия вперед-вправо/вперед-влево - бросок через бедро подбивом

Учебно-тренировочные схватки

Совершенствование уровня специальной физической подготовленности студентов

Особенности совершенствование физических кондиций на начальном этапе многолетней подготовки

Подготовка и проведение студентами основной части занятия учитывая этап многолетней подготовки и уровень подготовленности спортсменов

7. "Производство выстрела в биатлоне"

Формирование техники стрелковых упражнений (изготовка, прицеливание, дыхание, обработка спускового крюка)..

Обучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки (биатлон 7-5) из положения стоя.

8. "Проведение основной части занятия для обучения САД в спортивной аэробике"

Проведение комплекса упражнения для обучения соединению аэробных движений и движений руками в спортивной аэробике.

Выполнение разученной САД.

Развитие гибкости. Формирование навыка техники выполнения элементов группы D - гибкость splitroll, pancake, verticalsplit, turn.

9. "Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах"

Особенности обучения и совершенствования техники двигательных действий, физических кондиций на этапе ранней специализации спортсменов

Обучение технике двигательных действий в стойке (дзюдо):

-зацеп изнутри голенью – O-uchi-gari

Совершенствование техники приемов в партере (дзюдо, самбо, греко-римская, вольная борьба):

- переворот с захватом рук; переворот с захватом руки и ноги

- перевороты скручиванием захватом предплечья изнутри;

- перевороты забеганием захватом шеи из-под плеча

Совершенствование технико-тактических действий в стойке: выведение из равновесия вперед-вправо/вперед-влево - бросок скручиванием вокруг бедра; выведение из равновесия вперед-вправо/вперед-влево - бросок через бедро подбивом

Учебно-тренировочные схватки

Совершенствование уровня специальной физической подготовленности студентов

Особенности совершенствование физических кондиций на этапе ранней специализации спортсменов

Подготовка и проведение студентами основной части занятия учитывая этап многолетней подготовки и уровень подготовленности спортсменов

10. "Совершенствование технике выстрела в биатлоне"

Формирование техники стрелковых упражнений (изготовка, прицеливание, дыхание, обработка спускового крюка).

Совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки (биатлон 7-5) по стрелковому тренажеру (скат) из положения лежа по 5 выстрелов, 2 серии.

11. "Проведение основной части занятия для обучения элементам гибкости в спортивной аэробике"

Проведение основной части занятия для обучения технике выполнения элементов группы D - гибкость splitroll, pancake, verticalsplit, turn.

Развитие скоростно-силовых способностей рук. Техника выполнения элементов динамики - pushup (на одной руке и ноге, lateral, wenson, withturn), A-frame, helicopter.

12. "Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах"

Особенности обучения и совершенствования техники двигательных действий, физических кондиций на этапе ранней специализации спортсменов

Обучение технике двигательных действий в стойке (дзюдо, самбо, греко-римская, вольная борьба):

- бросок через спину с захватом руки на плечо

Обучение технике двигательных действий в партере (самбо):

- удержание сбоку захватом рукава и отворота из - под руки;

- удержание со стороны головы захватом пояса;

- удержание сбоку с захватом туловища;

Совершенствование техники двигательных действий в стойке: выведение из равновесия вперед/назад/назад-вправо/назад-влево - зацеп изнутри голенью

Учебно-тренировочные схватки

Совершенствование уровня специальной физической подготовленности студентов

Особенности совершенствования физических кондиций на этапе ранней специализации спортсменов

Подготовка и проведение студентами основной части занятия учитывая этап многолетней подготовки и уровень подготовленности спортсменов

13. "Совершенствование техники выстрела в биатлоне"

Формирование техники стрелковых упражнений (изготовка, прицеливание, дыхание, обработка спускового крюка).

Совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки (биатлон 7-5) по стрелковому тренажеру (скат) из положения стоя по 5 выстрелов, 2 серии.

14. "Проведение основной части занятия для обучения элементам гибкости в спортивной аэробике"

Проведение основной части занятия для обучения технике выполнения элементов группы D - splitroll, pancake, verticalsplit, turn.

Развитие скоростно-силовых способностей. Ознакомление с элементами динамики - pushup (на одной руке и ноге, lateral, wenson, withturn), A-frame, helicopter.

Сдача контрольных нормативов - 3 упражнения (1 - гибкость и 2 - координация).

15. "Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах"

Особенности организации тренировочных занятий со спортсменами этапа углубленной специализации

Обучение технике двигательных действий в стойке:

- защиты, контрприемы от бросков в стойке (задняя подножка, бросок через бедро, бросок через плечо, захватом руки на плечо;

- бросок захватом ноги изнутри (самбо)

Совершенствование техники двигательных действий: учебно-тренировочные схватки по заданию: атака - контрприем

Совершенствование уровня специальной физической подготовленности студентов

Особенности совершенствования физических кондиций на этапе углубленной специализации спортсменов

Подготовка и проведение студентами основной части занятия учитывая этап многолетней подготовки и уровень подготовленности спортсменов
Подготовка учебной карточки, направленной на развитие физических кондиций

16. "Совершенствование технике выстрела в биатлоне"

Формирование техники стрелковых упражнений, (изготовка лежа, прицеливание, задержка дыхания, обработка выстрела).

Совершенствование техники стрельбы по мишени из положения лежа с проверкой изготовки (грубая наводка) в умеренном темпе по три выстрела, (пристрелка оружия).

Совершенствование действий элементов техники, с введением скоростной стрельбы по мишени из положения лежа с проверкой изготовки (грубая наводка) по три выстрела, 2 серии.

17. "Проведение основной части занятия для обучения элементам динамики в спортивной аэробике"

Проведение основной части занятия для обучения техники выполнения элементов группы А - pushup (на одной руке и ноге, lateral, wenson, withturn), A-frame, helicopter.

Развитие силовых способностей (повторный метод).

Техника выполнения элементов статики - straddlesupport (turn, 1 arm, L-, V-) и planche

18. "Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах"

Особенности организации тренировочных занятий со спортсменами этапа углубленной специализации

Обучение технике двигательных действий в партере (дзюдо, греко-римская, вольная борьба)

- переворот ключом захватом пояса и руки из-под плеча – Yoko-kaeri- waza;

- перевороты перекатом с захватом шеи с бедром;

-защиты, уходы из этих положений

Совершенствование техники двигательных действий в стойке - броски в стойке в движении (задняя подножка, бросок через бедро, бросок через плечо, захватом на плечо, захватом ноги изнутри)

Совершенствование техники двигательных действий - комбинации стойка-партер:

-выведение из равновесия - бросок в стойке - удержание в партере (составление комбинаций из ранее обученных технических действий)

Совершенствование уровня специальной физической подготовленности студентов

Особенности совершенствование физических кондиций на этапе углубленной специализации спортсменов

Подготовка и проведение студентами основной части занятия учитывая этап многолетней подготовки и уровень подготовленности спортсменов

19. "Совершенствование технике выстрела в биатлоне"

Формирование техники стрелковых упражнений, (изготовка лежа, прицеливание, задержка дыхания, обработка выстрела).

Совершенствование техники стрельбы по мишени из положения лежа с проверкой изготовки (грубая наводка) в умеренном темпе по три выстрела, (пристрелка оружия).

Совершенствование действий элементов техники, с введением скоростной стрельбы по металлической установке из положения лежа с проверкой изготовки (грубая наводка) по три выстрела, 2 серии.

20. "Проведение основной части занятия для обучения элементам динамики в спортивной аэробике"

Проведение основной части занятия для обучения техники выполнения элементов группы А - pushup (на одной руке и ноге, lateral, wenson, withturn), A-frame, helicopter.

Развитие силовых способностей. Ознакомление с элементами статики - straddlesupport (turn, 1 arm, L-, V-) и planche.

Сдача контрольных нормативов - 3 упражнения (1 - сила и 2 - скоростно-силовые).

21. "Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах"

Особенности организации тренировочных занятий на этапе углубленной специализации спортсменов

Обучение технике двигательных действий в стойке (самбо, греко-римская, вольная борьба)

- бросок выхватом за две ноги;

- перевороты накатом захватом туловища сверху с зацепом ноги стопой;

- защиты, уходы из этих положений, контрприемы

Совершенствование техники двигательных действий:

- комбинации выведение из равновесия-бросок-удержание (составление комбинаций из ранее изученных технических действий)

Учебно-тренировочные схватки

Совершенствование уровня специальной физической подготовленности студентов

Особенности совершенствование физических кондиций на этапе углубленной специализации спортсменов

Подготовка и проведение студентами основной части занятия учитывая этап многолетней подготовки и уровень подготовленности спортсменов

Подготовка учебной карточки, направленной на развитие физических кондиций

22. "Совершенствование технике выстрела в биатлоне"

Формирование техники стрелковых упражнений, (изготовка стоя, прицеливание, задержка дыхания, обработка выстрела).

Совершенствование техники стрельбы по мишени из положения лежа с проверкой изготовки (грубая наводка) в умеренном темпе по три выстрела, (пристрелка оружия).

Совершенствование действий элементов техники, с введением скоростной стрельбы по мишени из положения стоя с проверкой изготовки (грубая наводка) по три выстрела, 2 серии.

23. "Проведение основной части занятия для обучения элементам статики в спортивной аэробике"

Проведение основной части занятия для обучения элементам группы В - straddlesupport (turn, 1 arm, L-, V-) и planche.

Развитие скоростно-силовых способностей.

Формирование навыка выполнения прыжковых элементов - (tuckjump, cossack, airturn).

24. "Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах"

Особенности организации тренировочных занятий на этапе углубленной специализации спортсменов

Обучение технике двигательных действий - сваливания в партер (греко-римская и вольная борьба):

- сваливание сбиванием захватом ног;

- сваливание сбиванием захватом руки и одноименной ноги снаружи

Совершенствование техники двигательных действий в стойке:

-выполнение бросков по заданию в движении (выхватом за две ноги, перевороты накатом захватом туловища сверху с зацепом ноги стопой)

- защиты, уходы из этих положений, контрприемы

Учебно-тренировочные схватки по заданию

Совершенствование уровня специальной физической подготовленности студентов

Особенности совершенствование физических кондиций на этапе углубленной специализации спортсменов

Подготовка и проведение студентами основной части занятия учитывая этап многолетней подготовки и уровень подготовленности спортсменов

Подготовка учебной карточки, направленной на развитие физических кондиций

25. "Совершенствование технике выстрела в биатлоне"

Формирование техники стрелковых упражнений, (изготовка стоя, прицеливание, задержка дыхания, обработка выстрела).

Совершенствование техники стрельбы по мишени из положения лежа с проверкой изготовки (грубая наводка) в умеренном темпе по три выстрела, (пристрелка оружия).

Совершенствование действий элементов техники, с введением скоростной стрельбы по металлической установке из положения стоя с проверкой изготовки (грубая наводка) по три выстрела, 2 серии.

26. "Проведение основной части занятия для обучения элементам статики в спортивной аэробике"

Проведение основной части занятия для обучения элементам группы В - straddlesupport (turn, 1 arm, L-, V-) и planche

Развитие скоростно-силовых способностей.

Формирование навыка выполнения прыжковых элементов - (tuckjump, cossack, airturn в упор лежа).

27. "Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах"

Особенности организации тренировочных занятий на этапе углубленной специализации спортсменов

Обучение технике двигательных действий в стойке (дзюдо, самбо):

- бросок передняя подножка;

-защиты, контрприем от броска передняя подножка

Совершенствование техники двигательных действий - сваливания в партер - преследование в партере (греко-римская и вольная борьба) :

- сваливание сбиванием захватом ног - переход на "туше";

- сваливание сбиванием захватом руки и одноименной ноги снаружи - переход на "туше"

Совершенствование техники двигательных действий:

- комбинация выведение из равновесия-бросок-удержание (составление комбинаций из ранее изученных двигательных действий)

Учебно-тренировочные схватки

Совершенствование уровня специальной физической подготовленности студентов

Особенности совершенствование физических кондиций на этапе углубленной специализации спортсменов

Подготовка и проведение студентами основной части занятия учитывая этап многолетней подготовки и уровень подготовленности спортсменов

Подготовка учебной карточки, направленной на развитие физических кондиций

28. "Совершенствование технике выстрела в биатлоне"

Формирование техники стрелковых упражнений, (изготовка лежа, стоя, прицеливание, задержка дыхания, обработка выстрела).

Совершенствование техники стрельбы по мишени из положения лежа с проверкой изготовки (грубая наводка) в умеренном темпе по три выстрела, (пристрелка оружия).

Совершенствование действий элементов техники, с введением скоростной стрельбы по мишени из положения лежа, стоя с проверкой изготовки (грубая наводка) по три выстрела.

29. "Проведение основной части занятия для обучения прыжковым элементам в спортивной аэробике"

Проведение основной части занятия для обучения элементам группы С - (tuckjump, cossack, airturn в упор лежа).

Развитие скоростно-силовых способностей.

Формирование навыка оказания первой доврачебной помощи.

30. "Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах"

Особенности организации тренировочных занятий на этапе спортивного совершенствования спортсменов

Обучение технике двигательных действий в стойке:

- бросок подхват под две ноги (самбо);

-защита, контрприем от броска

Обучение технике двигательных действий в партере (дзюдо):

- прорыв со стороны ног – Mae-ashi-tori- waza

Совершенствование техники двигательных действий - комбинация выведение из равновесия-бросок-удержание - составление комбинаций из ранее изученных приемов

Учебно-тренировочные схватки по заданию

Совершенствование уровня специальной физической подготовленности студентов

Особенности совершенствование физических кондиций на этапе спортивного совершенствования спортсменов

Подготовка и проведение студентами основной части занятия учитывая этап многолетней подготовки и уровень подготовленности спортсменов

Подготовка учебной карточки, направленной на развитие физических кондиций

31. "Совершенствование технике выстрела в биатлоне"

Формирование техники стрелковых упражнений, (изготовка лежа, стоя, прицеливание, задержка дыхания, обработка выстрела).

Совершенствование техники стрельбы по мишени из положения лежа с проверкой изготовки (грубая наводка) в умеренном темпе по три выстрела, (пристрелка оружия).

Совершенствование действий элементов техники, с введением скоростной стрельбы по мишени из положения лежа, стоя с проверкой изготовки (грубая наводка) по три выстрела.

32. "Проведение основной части занятия для обучения прыжковым элементам в спортивной аэробике"

Проведение основной части занятия для обучения элементам группы С - (tuckjump, cossack, airturn в упор лежа).

Развитие скоростно-силовых способностей.

Формирование навыка оказания первой доврачебной помощи.

33. "Обучение и совершенствование техническим и технико-тактическим действиям в стойке и партере в единоборствах"

Особенности организации тренировочных занятий на этапе спортивного совершенствования спортсменов

Обучение технике двигательных действий в партере - болевые приемы на руки (дзюдо, самбо):

- рычаг локтя захватом головы и руки ногами – Ude-hishigi-sankaku-gatame;
- обратный рычаг локтя внутрь – Ushiro-waki-gatame

Совершенствование техники двигательных действий в стойке:

- бросок подхват под две ноги (самбо);
- защита, контрприем от броска
- составление комбинации: выведение из равновесия - бросок - удержание

Совершенствование техники двигательных действий в партере (дзюдо):

- прорыв со стороны ног – переход на удержание сбоку

Особенности совершенствование физических кондиций на этапе спортивного совершенствования спортсменов

Подготовка и проведение студентами основной части занятия учитывая этап многолетней подготовки и уровень подготовленности спортсменов

Подготовка учебной карточки, направленной на развитие физических кондиций

34. "Совершенствование технике выстрела в биатлоне"

Формирование техники стрелковых упражнений, (изготовка лежа, прицеливание, задержка дыхания, обработка выстрела).

Совершенствование техники стрельбы по мишени из положения лежа с проверкой изготовки (грубая наводка) в умеренном темпе по три выстрела, (пристрелка оружия).

Совершенствование действий элементов техники, умеренная стрельба по мишени из положения лежа с проверкой изготовки (грубая наводка), с задержкой дыхания на 10 сек, по одному выстрелу, 2 серии.

35. "Формирование навыка оказания первой помощи на занятиях в спортивной аэробике"

Проведение Ролевой игры "Тренер - травма".

Ознакомление с правилами судейства соревнований по спортивной аэробике.

36. "Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в стойке и партере в единоборствах"

Особенности организации занятий со спортсменами этапа спортивного совершенствования

Обучение технике двигательных действий в партере - уходы от болевых приемов на руки

- рычаг локтя захватом головы и руки ногами;
 - обратный рычаг локтя внутрь
- Учебно-тренировочные схватки в партере по заданию
- Совершенствование техники двигательных действий - прямые комбинации:
- бросок через бедро - болевой на руку/удержание;
 - бросок передняя подножка - болевой на руку/удержание;
 - бросок задняя подножка - болевой на руку/удержание

Учебно-тренировочные схватки

Совершенствование физических кондиций

Особенности совершенствование физических кондиций на этапе спортивного совершенствования спортсменов

Подготовка и проведение студентами основной части занятия учитывая этап многолетней подготовки и уровень подготовленности спортсменов

Подготовка учебной карточки, направленной на развитие физических кондиций

37. "Совершенствование техники выстрела в биатлоне"

Формирование техники стрелковых упражнений, (изготовка лежа, прицеливание, задержка дыхания, обработка выстрела).

Совершенствование техники стрельбы по мишени из положения лежа с проверкой изготовки (грубая наводка) в умеренном темпе по три выстрела, (пристрелка оружия).

Совершенствование действий элементов техники, умеренная стрельба по мишени из положения лежа с проверкой изготовки (грубая наводка), с задержкой дыхания на 10 сек, по одному выстрелу, 2 серии.

38. "Мини-соревнования "Я-судья" в спортивной аэробике"

Проведение основной части занятия соревновательным методом.

Анализ выставленных оценок по артистичности, исполнению и сложности студентами-судьями.

Ознакомление с особенностями проведения занятия с дошкольниками.

39. "Физическая подготовка, совершенствование техники двигательных действий в стойке и партере в единоборствах"

Особенности организации тренировочных занятий на этапе спортивного совершенствования спортсменов

Обучение технике двигательных действий в партере - болевые приемы на ноги в борьбе самбо:

- ущемление ахиллесова сухожилия;
- узел бедра и колена;
- уходы из этих положений

Обучение технико-тактическим действиям, комбинации в партере:

- переход с положения удержания на болевой прием руки;
- переходы с болевых приемов на удержание;

Учебно-тренировочные схватки в партере по заданию

Совершенствование техники двигательных действий - комбинации:

выведение из равновесия - бросок в стойке/сваливание в партер/перевод в партер - удержание/болевой на руку/болевой на ногу

Учебно-тренировочные схватки

Совершенствование физических кондиций

Особенности совершенствование физических кондиций на этапе спортивного совершенствования спортсменов.

Подготовка и проведение студентами основной части занятия учитывая этап многолетней подготовки и уровень подготовленности спортсменов

Подготовка учебной карточки, направленной на развитие физических кондиций

40. "Совершенствование технике выстрела в биатлоне"

Формирование техники стрелковых упражнений, (изготовка стоя, прицеливание, задержка дыхания, обработка выстрела).

Совершенствование техники стрельбы по мишени из положения лежа с проверкой изготовки (грубая наводка) в умеренном темпе по три выстрела, (пристрелка оружия).

Совершенствование действий элементов техники, умеренная стрельба по мишени из положения стоя с проверкой изготовки (грубая наводка), с задержкой дыхания на 10 сек, по одному выстрелу, 2 серии.

41. "Мини-соревнования "Я-судья" в спортивной аэробике"

Проведение основной части занятия соревновательным методом.

Анализ выставленных оценок по артистичности, исполнению и сложности студентами-судьями.

Ознакомление с особенностями проведения занятия с дошкольниками.

42. "Физическая подготовка, совершенствование техники двигательных действий в стойке и партере в единоборствах"

Особенности организации тренировочных занятий со спортсменами этапа высшего спортивного мастерства

Совершенствование техники двигательных действий в партере - болевые приемы на ноги в борьбе самбо:

- ущемление ахиллесова сухожилия;
- узел бедра и колена;
- уходы из этих положений

Совершенствование технико-тактических действий, комбинации в партере по заданию из различных положений:

- переход с положения удержания на болевой прием руки;
- переходы с болевых приемов на удержание;

Учебно-тренировочные схватки в партере

Совершенствование техники двигательных действий - комбинации: выведение из равновесия - бросок в стойке/сваливание в партер/перевод в партер - удержание/болевой на руку/болевой на ногу

Учебно-тренировочные схватки

Совершенствование физических кондиций

Особенности совершенствование физических кондиций на этапе высшего спортивного мастерства спортсменов

Подготовка и проведение студентами основной части занятия учитывая этап многолетней подготовки и уровень подготовленности спортсменов

Подготовка учебной карточки, направленной на развитие физических кондиций

43. "Стрельба по правилам "ГТО" в биатлоне"

Формирование техники стрелковых упражнений, (изготовка, прицеливание, задержка дыхания, обработка выстрела).

Совершенствование техники стрельбы по мишени из положения лежа с проверкой изготовки (грубая наводка) в умеренном темпе по три выстрела, (пристрелка оружия).

Выполнения стрелкового норматива по правилам "ГТО"

44. "Особенности проведения занятия с дошкольниками в спортивной аэробике"

Проведение основной части занятия для совершенствования техники элементов прыжков и гибкости.

Ознакомление с подвижными играми, применяемыми в спортивной аэробике.

Особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий для населения с использованием средств спортивной аэробики.

45. "Физическая подготовка, совершенствование техники двигательных действий в стойке и партере в единоборствах"

Особенности организации тренировочных занятий со спортсменами этапа высшего спортивного мастерства

Совершенствование техники двигательных действий в партере - болевые приемы на ноги в борьбе самбо:

- ущемление ахиллесова сухожилия;
- узел бедра и колена;
- уходы из этих положений

Совершенствование технико-тактических действий, комбинации в партере по заданию из различных положений:

- переход с положения удержания на болевой прием руки;

- переходы с болевых приемов на удержание;

Учебно-тренировочные схватки в партере

Совершенствование техники двигательных действий - комбинации: выведение из равновесия - бросок в стойке/сваливание в партер/перевод в партер - удержание/болевой на руку/болевой на ногу

Учебно-тренировочные схватки

Совершенствование физических кондиций

Особенности совершенствование физических кондиций на этапе высшего спортивного мастерства спортсменов

Подготовка и проведение студентами основной части занятия учитывая этап многолетней подготовки и уровень подготовленности спортсменов

Подготовка учебной карточки, направленной на развитие физических кондиций

46. "Выполнение зачетных требований по дисциплине"

Для аттестации по дисциплине необходимо выполнить зачетные требования по биатлону, спортивной аэробике, единоборствам.

Содержание дисциплины (модуля) по темам 4 курс 8 семестр

Теоретические занятия

1. "Обучение и методика обучения технике двигательных действий в спортивных единоборствах"

Методологические основы теории обучения двигательных действий. Двигательное действие, навык и умение: понятие и структура. Этапы формирования двигательного навыка. Закономерности обучения двигательным действиям. Причины возникновения ошибок при освоении двигательных действий в единоборствах, пути их предупреждения и исправления. Организация, методика проведения тренировочных занятий, направленных на обучение технических, технико-тактических действий и контрприемов в стойке и партере в единоборствах

2. "Особенности общей и специальной физической подготовки в спортивных единоборствах"

Средства и методы, направленные на достижение оптимального уровня физической и функциональной подготовленности, укрепление здоровья, повышение аэробной работоспособности и адаптационных возможностей организма, уровня силы, быстроты движений, выносливости, ловкости и гибкости. Организация и методика проведения тренировочных занятий, направленных на развитие уровня общей и специальной физической подготовленности у спортсменов в дзюдо, самбо, греко-римской и вольной борьбе.

Практические занятия по подгруппам

Учебно-тренировочные занятия, направленные на обучение и совершенствование техники и тактике двигательных действий, тактике участия в соревнованиях и психологической подготовки в биатлоне, спортивной аэробике, спортивных видах единоборств построены на применении и закреплении полученных теоретических знаний и методических умений. Основными практическими занятиями является расширение тактического арсенала двигательных действий, освоение новых технико-тактических действий и психологической устойчивости в спортивной деятельности. Организация, методика проведения учебно-тренировочных занятий, направленных на обучение и совершенствование тактики, технико-тактических двигательных действий.

1. "Совершенствование техники в биатлоне"

Инструктаж по технике безопасности.

Изучение этапа совершенствования спортивной специализации в многолетней подготовке.

Совершенствование в работе с пневматической винтовкой (биатлон-7-5).

Совершенствование заряжению и разряжению оружия.

5). Ознакомить с элементами техники стрельбы из пневматической винтовки (биатлон-7-5).

Основа производства меткого выстрела. Техничко-тактические действия в биатлоне.

2. "Особенности проведения занятий с дошкольниками в спортивной аэробике "

Подвижные игры на развитие скоростно-силовых способностей.

Овладение методикой обучения базовых шагов (march, jog, skip, kneelift, kick, jack, lunge) в спортивной аэробике

3. "Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе начальной подготовки спортсменов в единоборства"

Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий на этапе начальной подготовки спортсменов

Методика обучения техники бросков в стойке (греко-римская-вольная борьба)

- бросок подворотом захватом руки и шеи;

- бросок подворотом захватом руки и шеи с передней подножкой

Методика совершенствования техники двигательных действий в партере: болевые приемы на руки, болевые приемы на ноги, уходы из этих положений

Учебно-тренировочные схватки

Методика развития и совершенствования специальных физических качеств на начальном этапе подготовки спортсменов

Подготовка учебной карточки и проведение комплекса средств и методов, направленного на совершенствование физических кондиций

Подготовка плана-конспекта занятия и проведение студентами основной части тренировочного занятия

4. "Совершенствование техники в биатлоне"

Формирование техники стрелковых упражнений (изготовка, прицеливание, дыхание, обработка спускового крюка).

Совершенствование элементов технико-тактическими действиями стрельбы из пневматической винтовки (биатлон 7-5) из положения лежа.

Совершенствовать действия биатлониста на огневом рубеже с ведением стрельбы по мишени одним патроном из положения лежа.

5. "Проведение основной части занятия для дошкольников в спортивной аэробике"

"

Проведение основной части занятия с учетом возрастных особенностей дошкольников (подвижные игры, эстафеты, элементы).

Формирование навыка проведения физкультурно-оздоровительных занятий с населением (аэробной направленности)

6. "Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе начальной подготовки спортсменов в единоборстве"

Методика обучения и совершенствования технике двигательных действий на этапе начальной подготовки спортсменов

Методика обучения технике двигательных действий в партере: переводы в партер (греко-римская, вольная борьба):

- переводы рывком захватом одноименной руки с подсечкой дальней ноги;
- переводы вращением захватом руки сверху

Совершенствование технико-тактических действий в стойке:

- выведение из равновесия - бросок в стойке - преследование в партере (составление комбинаций из ранее изученных приемов)

Учебно-тренировочные схватки

Методика совершенствования специальной физической подготовки спортсменов на этапе начальной подготовки

Подготовка учебной карточки и проведение студентами комплекса средств и методов, направленного на развитие физических кондиций

Подготовка плана-конспекта и проведение студентами основной части тренировочного занятия

7. "Совершенствование техники в биатлоне"

Формирование техники стрелковых упражнений (изготовка, прицеливание, дыхание, обработка спускового крюка).

Совершенствование элементов технико-тактическими действиями стрельбы из пневматической винтовки (биатлон 7-5) из положения лежа.

Совершенствовать действия биатлониста на огневом рубеже с ведением стрельбы по мишени одним патроном из положения стоя.

8. "Проведение основной части физкультурно-оздоровительного занятия в спортивной аэробике"

Проведение основной части физкультурно-оздоровительного занятия с учетом возрастных особенностей населения.

Развитие гибкости (повторный метод). Совершенствование элементов на гибкость - splitroll, pancake, verticalsplit, turn.

9. "Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе ранней специализации спортсменов в единоборствах"

Методика обучения технике и технико-тактических двигательных действий на этапе ранней специализации спортсменов

Методика обучения технико-тактических двигательных действий в стойке (дзюдо, самбо):

- передняя подножка – зацеп изнутри голенью;
- подсечка изнутри – бросок через спину

Методика обучения технике двигательных действий в партере (дзюдо, самбо)

- рычаг локтя внутрь при помощи колена сверху – Ude-hishigi-hiza-gatame;

- рычаг локтя внутрь ногой – Ude-hishigi-ashi-gatame;

- уходы из этих положений

Методика совершенствования техники приемов в партере (дзюдо, самбо, греко-римская, вольная борьба):

-переводы рывком захватом одноименной руки с подсечкой дальней ноги;

- переводы вращением захватом руки сверху;

Учебно-тренировочные схватки

Методика совершенствования физических кондиций спортсменов на этапе ранней специализации

Подготовка студентами учебной карточки и проведение комплекса средств и методов, направленного на совершенствование физических кондиций спортсменов на этапе ранней специализации

Подготовка плана-конспекта и проведение студентами основной части тренировочного занятия

10. "Совершенствование технике выстрела"

Формирование техники стрелковых упражнений (изготовка, прицеливание, дыхание, обработка спускового крюка)..

Совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки (биатлон 7-5) по стрелковому тренажеру (скат) из положения лежа по 5 выстрелов, 2 серии. обработка выстрела.

11. "Проведение основной части занятия для обучения элементам гибкости в спортивной аэробике "

Проведение основной части занятия для обучения техники выполнения элементов группы D -splitroll, pancake, verticalsplit, turn, highkick.

Развитие скоростно-силовых способностей. Совершенствование техники выполнения элементов динамики -pushup (на одной руке и ноге, lateral, wenson, withturn), A-frame, helicopter.

Сдача контрольных нормативов - 3 упражнения (1 - гибкость и 2 - координация).

12. "Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе ранней специализации спортсменов в единоборствах"

Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий спортсменов на этапе ранней специализации

Методика обучения технико-тактическим двигательным действиям в стойке (дзюдо, самбо):

- передняя подножка – зацеп изнутри голенью;

- подсечка изнутри – бросок через спину;

Методика обучения технико-тактическим двигательным действиям в партере (дзюдо, самбо):

- переходы с положения удержания на болевые приемы;

- переворот на рычаг локтя захватом головы и руки ногами

Методика совершенствования технико-тактических двигательных действий в стойке - комбинации:

-выполнение комбинаций в движении (составление комбинаций из ранее изученных приемов)

Учебно-тренировочные схватки

Методика совершенствования специальной физической подготовки спортсменов на этапе ранней специализации

Подготовка и проведение студентами комплекса средств и методов, направленного на совершенствование физических кондиции

Подготовка плана-конспекта и проведение студентами основной части тренировочного занятия

13. "Совершенствование технике выстрела"

Формирование техники стрелковых упражнений (изготовка, прицеливание, дыхание, обработка спускового крюка).

Совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки (биатлон 7-5) по стрелковому тренажеру (скат) из положения стоя по 5 выстрелов, 2 серии.

14. "Проведение основной части занятия для обучения элементам динамики в спортивной аэробике"

Проведение основной части занятия для обучения техники выполнения элементов группы А - pushup (на одной руке и ноге, lateral, wenson, withturn), A-frame, helicopter.

Развитие силовых способностей (круговой метод)

Совершенствование техники выполнения элементов статики - straddlesupport (turn, 1 arm, L-, V-) и planche.

15. "Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе углубленной специализации спортсменов в единоборствах"

Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий на этапе углубленной специализации спортсменов

Методика обучения технико-тактических двигательных действий в стойке (дзюдо, самбо):

- зацеп изнутри голенью – бросок через спину;

- бросок захватом руки на плечо – зацеп изнутри

Методика совершенствования технико-тактических двигательных действий: учебно-тренировочные схватки по заданию: атака - контрприем в стойке и партере

Методика совершенствования специальной физической подготовки спортсменов на этапе углубленной специализации

Подготовка учебной карточки и проведение студентами комплекса средств и методов, направленного на совершенствование физических кондиций

Подготовка плана- конспекта и проведение студентами основной части тренировочного занятия

16. "Совершенствование техники в биатлоне"

Формирование техники стрелковых упражнений, (изготовка лежа, стоя, прицеливание, задержка дыхания, обработка выстрела).

Совершенствование техники стрельбы по мишени из положения лежа с проверкой изготовки (грубая наводка) в умеренном темпе по три выстрела, (пристрелка оружия).

Совершенствование действий элементов техники, умеренная стрельба по мишени из положения лежа, стоя с проверкой изготовки (грубая наводка), с задержкой дыхания на 10 сек, по одному выстрелу, 2 серии.

17. "Проведение основной части занятия для обучения элементам статики в спортивной аэробике"

Проведение основной части занятия для обучения элементам группы В - straddlesupport (turn, 1 arm, L-, V-) и planche

Развитие скоростно-силовых способностей (круговой метод)

Формирование навыка выполнений прыжковых элементов - tuckjump, cossack, airturn в упор лежа и шпагат.

18. "Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе углубленной специализации спортсменов в единоборствах"

Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий на этапе углубленной специализации спортсменов

Методика обучения, обучение технико-тактическим двигательным действиям в партере (дзюдо, самбо, греко-римская, вольная борьба)

- удушающий прием сбоку затягиванием (петля), уходы из этого положения;

- перевод рывком захватом одноименной руки – бросок поворотом захватом одноименных руки и ноги «мельница»;

- бросок наклоном захватом шеи – бросок подворотом захватом руки и шеи;

Методика совершенствования технико-тактических двигательных действий - комбинации стойка-партер:

-выведение из равновесия - бросок в стойке - удержание в партере (составление комбинаций из ранее обученных технических действий)

Методика совершенствования физических кондиций спортсменов на этапе углубленной специализации

Подготовка студентами учебной карточки и проведение комплекса средств и методов, направленного на совершенствование физических кондиций спортсменов на этапе углубленной специализации

Подготовка плана-конспекта и проведение студентами основной части тренировочного занятия уровня специальной физической подготовленности студентов

19. "Формирование навыков в биатлоне"

Формирование навыков определения и исправления ошибок в технике стрелковых упражнений, (изготовка лежа, прицеливание, задержка дыхания, обработка выстрела).

Совершенствование техники стрельбы по мишени из положения лежа с проверкой изготовки (грубая наводка) в умеренном темпе по три выстрела, (пристрелка оружия).

Совершенствование действий элементов техники, умеренная стрельба по мишени из положения лежа с проверкой изготовки (грубая наводка), по три выстрела, 2 серии.

20. "Проведение основной части занятия для обучения прыжковым элементам в спортивной аэробике "

Проведение основной части занятия для обучения элементам группы С - tuckjump, cossack, airturn в упор лежа и шпагат.

Развитие силовых способностей (круговой)

Формирование навыка методики обучения акробатическим элементам (колесо, рондат, переворот) и пирамидам.

21. "Диагностика физического состояния спортсменов. Методика совершенствование физических кондиций на этапе спортивного совершенствования в единоборствах"

Организация и проведение диагностики физического состояния спортсменов на этапе спортивного совершенствования

Методика совершенствования физических кондиций спортсменов на этапе спортивного совершенствования

Подготовка студентами учебной карточки и проведение комплекса средств и методов, направленного на совершенствование физических кондиций спортсменов на этапе ранней специализации

22. "Формирование навыков в биатлоне"

Формирование навыков определения и исправления ошибок в технике стрелковых упражнений, (изготовка стоя, прицеливание, задержка дыхания, обработка выстрела).

Совершенствование техники стрельбы по мишени из положения лежа с проверкой изготовки (грубая наводка) в умеренном темпе по три выстрела, (пристрелка оружия).

Совершенствование действий элементов техники, умеренная стрельба по мишени из положения стоя с проверкой изготовки (грубая наводка), по три выстрела, 2 серии.

23. "Проведение основной части занятия для обучения акробатике"

Проведение основной части занятия для обучения техники выполнения акробатических элементов (колесо, рондат, переворот (вперед, назад), стойка на руках) и пирамид.

Развитие силовых способностей.

24. "Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий, физических кондиций на этапе спортивного совершенствования спортсменов в единоборствах"

Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий в стойке:

- выполнение ранее изученных бросков в разном направлении, с разными захватами

Методика совершенствования физических кондиций спортсменов на этапе спортивного совершенствования спортсменов

Подготовка студентами учебной карточки и проведение комплекса средств и методов, направленного на совершенствование физических кондиций спортсменов на этапе спортивного совершенствования

Подготовка плана-конспекта и проведение студентами основной части тренировочного занятия

25. "Формирование техники в биатлоне"

Формирование техники стрельбы после выполнения силовых общеразвивающих упражнений.

Совершенствование техники стрельбы по мишени из положения лежа с проверкой изготовки (грубая наводка) в умеренном темпе по три выстрела, (пристрелка оружия).

Совершенствование действий биатлониста на огневом рубеже с ведением стрельбы по мишени из положения лежа с проверкой изготовки (грубая наводка), по три выстрела после выполнения силовых общеразвивающих упражнений с умеренной интенсивностью.

26. "Метод case-study в спортивной аэробике"

Проблемно-ситуативное обучение с использованием кейсов.

Творческое овладение профессиональными знаниями, умениями и навыками.

Развитие мыслительных способностей.

27. "Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий, физических кондиций на этапе спортивного совершенствования в единоборствах"

Методика обучения технике двигательных действий в партере (дзюдо, самбо):

- переход с положения удержания на болевой прием руки;

- переходы с положения удержания на удушающие приемы;

Методика обучения технике двигательных действий в стойке (греко-римская и вольная борьба):

- перевод рывком захватом одноименной руки – бросок поворотом захватом одноименных руки и ноги «мельница»;

- бросок наклоном захватом шеи – бросок подворотом захватом руки и шеи

Методика совершенствования физических кондиций спортсменов на этапе спортивного совершенствования спортсменов

Подготовка студентами учебной карточки и проведение комплекса средств и методов, направленного на совершенствование физических кондиций спортсменов на этапе спортивного совершенствования

Подготовка плана-конспекта и проведение студентами основной части тренировочного занятия

28. "Формирование техники в биатлоне"

Формирование техники стрельбы после выполнения силовых общеразвивающих упражнений.

Совершенствование техники стрельбы по мишени из положения лежа с проверкой изготовления (грубая наводка) в умеренном темпе по три выстрела, (пристрелка оружия).

Совершенствование действий биатлониста на огневом рубеже с ведением стрельбы по мишени из положения стоя, по три выстрела после выполнения силовых общеразвивающих упражнений с умеренной интенсивностью.

29. "Мини-соревнование по ОФП в спортивной аэробике "

Организация и проведение соревнований по ОФП (10 упражнений) в спортивной аэробике.

Прогнозирование тренировочного процесса на основе анализа полученных результатов.

30. "Методика обучения и совершенствования технико-тактических двигательных действий, физических кондиций на этапе высшего спортивного мастерства в единоборствах "

Методика обучения технико-тактическим действиям в партере (греко-римская, вольная борьба):

- переворот скручиванием – переворот перекатом обратным захватом ближнего бедра;
- переворот скручиванием захватом рук сбоку - переворот перекатом захватом шеи с дальним бедром.

Методика совершенствования технико-тактических двигательных действий - комбинация выведение из равновесия-бросок-удержание - составление комбинаций из ранее изученных приемов

Методика совершенствования физических кондиций спортсменов на этапе высшего спортивного

Подготовка студентами учебной карточки и проведение комплекса средств и методов, направленного на совершенствование физических кондиций спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства

Подготовка плана-конспекта и проведение студентами основной части тренировочного занятия

31. "Формирование техники в биатлоне"

Формирование техники стрельбы после выполнения силовых общеразвивающих упражнений.

Совершенствование техники стрельбы по мишени из положения лежа, стоя с проверкой изготовления (грубая наводка) в умеренном темпе по три выстрела, (пристрелка оружия).

Совершенствование действий биатлониста на огневом рубеже с ведением стрельбы по мишени из положения лежа, стоя с проверкой изготовления (грубая наводка), по три выстрела после выполнения силовых общеразвивающих упражнений с умеренной интенсивностью.

32. "Мини-соревнование по СФП в спортивной аэробике "

Организация и проведение соревнований по СФП (10 упражнений) в спортивной аэробике.

Прогнозирование тренировочного процесса на основе анализа полученных результатов.

33. "Методика совершенствования техники двигательных действий, физических кондиций на этапе высшего спортивного мастерства в единоборствах"

Методика совершенствования технико-тактических двигательных действий в стойке (дзюдо, самбо, греко-римская, вольная борьба):

-выполнение комбинаций выведение из равновесия- бросок в движении (ранее изученные броски)

Методика совершенствования техники двигательных действий в партере (дзюдо):

- удушающие приемы;

- уходы из этих положений

Методика совершенствования физических кондиций спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства

Подготовка студентами учебной карточки и проведение комплекса средств и методов, направленного на совершенствование физических кондиций спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства

Подготовка плана-конспекта и проведение студентами основной части тренировочного занятия

34. "Формирование техники в биатлоне"

Формирование техники стрельбы после выполнения силовых общеразвивающих упражнений.

Совершенствование техники стрельбы по мишени из положения лежа стоя с проверкой изготовки (грубая наводка) в умеренном темпе по три выстрела, (пристрелка оружия).

Совершенствование действий биатлониста на огневом рубеже с ведением скоростной стрельбы по мишени из положения лежа и стоя с проверкой изготовки (грубая наводка), по три выстрела после выполнения силовых общеразвивающих упражнений с умеренной интенсивностью.

35. "Мини-соревнования "Я-судья в спортивной аэробике "

Проведение основной части занятия соревновательным методом.

Анализ выставленных оценок по артистичности, исполнению и сложности студентами-судьями.

Особенностями проведения занятия с дошкольниками.

36. "Методика совершенствования технико-тактических двигательных действий, физических кондиций на этапе высшего спортивного мастерства в единоборствах"

Методика совершенствования технико-тактических двигательных действий в стойке (дзюдо, самбо, греко-римская, вольная борьба):

-выполнение бросков в движении (ранее изученные броски)

Методика совершенствования техники двигательных действий в партере (дзюдо):

- переходы с болевых приемов на удержание;

- переходы с удушающих приемов на удержание

Организация и проведение судейства учебно-тренировочных схваток

Методика совершенствования физических кондиций спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства

Подготовка студентами учебной карточки и проведение комплекса средств и методов, направленного на совершенствование физических кондиций спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства

Подготовка плана-конспекта и проведение студентами основной части тренировочного занятия

37. "Формирование навыков в биатлоне"

Методики обучения действиям биатлониста на огневом рубеже после выполнения силовых общеразвивающих упражнений.

Совершенствование техники стрельбы по мишени из положения лежа с проверкой изготовки (грубая наводка) в умеренном темпе по три выстрела, (пристрелка оружия).

Совершенствование действий биатлониста на огневом рубеже с ведением стрельбы по мишени из положения лежа, стоя с проверкой изготовки (грубая наводка), по три выстрела после выполнения силовых общеразвивающих упражнений с умеренной интенсивностью.

38. "Формирование навыка оказания первой доврачебной помощи в спортивной аэробике "

Ролевая игра "Тренер-травма".

Развитие мыслительных процессов на основе сочетания теории и практики.

39. "Особенности организации и проведение личных соревнований. Методика совершенствования технико-тактических двигательных действий, физических кондиций в единоборствах"

Методика совершенствования технико-тактических двигательных действий в стойке (дзюдо, самбо, греко-римская, вольная борьба):

-выполнение бросков в движении (ранее изученные броски)

Методика совершенствования техники двигательных действий в партере (дзюдо, самбо, грекоримская, вольная борьба):

-выполнение сбиваний, переворотов, удержаний, болевых приемов на руки, на ноги из различных положений (ранее изученные технические действия)

Организация и проведение личных соревнований

Совершенствование физических кондиций

40. "Формирование навыков в биатлоне"

Формирование навыков определения и исправления ошибок в технике стрельбы после выполнения силовых общеразвивающих упражнений.

Совершенствование техники стрельбы по мишени из положения лежа с проверкой изготовки (грубая наводка) в умеренном темпе по три выстрела, (пристрелка оружия).

Совершенствование действий биатлониста на огневом рубеже с ведением стрельбы по мишени из положения лежа, стоя с проверкой изготовки (грубая наводка), по три выстрела после выполнения силовых общеразвивающих упражнений с умеренной интенсивностью.

41. "Подвижные игры в спортивной аэробике"

Проведение занятия с использованием подвижных игр для дошкольников.

Проведения основной части физкультурно-оздоровительного занятия для населения с использованием средств спортивной аэробики.

42. "Особенности организации командных соревнований. Методика совершенствования технико-тактических двигательных действий, физических кондиций в единоборствах"

Методика совершенствования технико-тактических двигательных действий в стойке (дзюдо, самбо, греко-римская, вольная борьба):

-выполнение комбинаций в движении (составление комбинаций из ранее изученных технических действий)

Методика совершенствования техники двигательных действий в партере (дзюдо, самбо, греко-римская, вольная борьба):

-выполнение комбинаций из различных положений (ранее изученные технические действия)

Организация и проведение командных соревнований

Совершенствование физических кондиций

43. "Формирование навыков в биатлоне"

Формирование навыков определения и исправления ошибок в технике стрельбы после выполнения силовых общеразвивающих упражнений.

Совершенствование техники стрельбы по мишени из положения лежа с проверкой изготовки (грубая наводка) в умеренном темпе по три выстрела, (пристрелка оружия).

Совершенствование действий биатлониста на огневом рубеже с ведением скоростной стрельбы по мишени из положения лежа, стоя с проверкой изготовки (грубая наводка), по три выстрела после выполнения силовых общеразвивающих упражнений с умеренной интенсивностью.

44. "Методика совершенствования технико-тактических двигательных действий в стойке и партере в единоборствах"

Методика совершенствования технико-тактических двигательных действий в стойке (дзюдо, самбо, греко-римская, вольная борьба):

-выполнение комбинаций в движении (составление комбинаций из ранее изученных технических действий)

Методика совершенствования техники двигательных действий в партере (дзюдо, самбо, греко-римская, вольная борьба):

-выполнение комбинаций из различных положений (ранее изученные технические действия)

Организация и проведение командных соревнований

Совершенствование физических кондиций

Подготовка плана-конспекта тренировочного занятия в единоборствах

45. "Сдача зачетных требований по дисциплине"

Для получения аттестации по дисциплине необходимо выполнить зачетные требования по биатлону, спортивной аэробике, единоборствам.

5. Учебно-методическое обеспечение и планирование самостоятельной работы обучающихся по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта»

Учебно-методическое обеспечение и планирование самостоятельной работы

№	Темы	Формы СРС, включая требования к подготовке к занятиям
3 курс 6 семестр		
1	Введение в предмет «Биатлон»	Чтение обязательной и дополнительной литературы Презентация Контрольная работа Реферат
2	Техника безопасности стрельбы в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Презентация Контрольная работа Реферат
3	Техника безопасности на занятиях единоборствами. Особенности физической подготовки на начальном этапе многолетней подготовки спортсменов	Чтение обязательной и дополнительной литературы Презентация Контрольная работа Реферат
4	Обучение техники выполнения базовых шагов в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
5	Основа производства меткого выстрела в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
6	Обучение работе с пневматической винтовкой в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
7	Формирование знаний, умений и двигательных навыков, направленных на достижение оптимального уровня физической и функциональной подготовленности в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка

		Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
8	Проведение комплексов упражнений для обучения прыжковым элементам в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
9	Обучение элементам техники стрельбы в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
10	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий у спортсменов на этапе начальной подготовки в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
11	Проведение комплексов упражнений для обучения прыжковым элементам в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
12	Обучение техники стрельбы в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
13	Физическая подготовка, обучение,	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта

	совершенствование техники двигательных действий на этапе ранней специализации спортсменов в единоборствах	
14	Проведение комплексов упражнений для обучения элементам гибкости в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
15	Обучение технике стрельбы в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
16	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий на этапе ранней специализации спортсменов в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
17	Проведение комплексов упражнений для обучения элементам гибкости в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
18	Обучение технике стрельбы в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
19	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий на этапе углубленной специализации спортсменов в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия

		Технологическая карта
20	Проведение комплексов упражнений для обучения элементам динамики в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
21	Обучение техники стрельбы в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
22	Физическая подготовка, совершенствование техники двигательных действий у спортсменов на этапе углубленной специализации в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
23	Проведение комплекса упражнений для обучения элементам динамики в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
24	Формирование навыков стрельбы в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
25	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий у спортсменов на этапе спортивного совершенствования в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
26	Проведение комплекса упражнений для обучения элементам статики в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат

27	Формирование навыков стрельбы в биатлоне	Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
28	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий на этапе спортивного совершенствования в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
29	Проведение комплекса упражнений для обучения элементам статики в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
30	Формирование навыков стрельбы в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
31	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий у спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
32	Формирование навыка оказания первой помощи на занятиях спортивной аэробикой	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
33	Формирование навыков стрельбы в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия

		Технологическая карта
34	Организация и проведение физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
35	Формирование навыка оказания первой доврачебной помощи на занятиях спортивной аэробикой	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
4 курс 7 семестр		
1	История спортивной и фитнес аэробики	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
2	Основа производства меткого выстрела в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
3	Совершенствование техники выполнения базовых шагов в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
4	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта

5	Периодизация спортивной тренировки в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
6	Обучение технике двигательных действий в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
7	Физическая подготовка, обучение и совершенствование двигательным действиям в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
8	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
9	Производство выстрела в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
10	Проведение основной части занятия для обучения САД в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
11	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация

		Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
12	Совершенствование технике выстрела в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
13	Проведение основной части занятия для обучения элементам гибкости в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
14	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
15	Совершенствование техники выстрела	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
16	Проведение основной части занятия для обучения элементам гибкости в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
17	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта

18	Совершенствование техники выстрела	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
19	Проведение основной части занятия для обучения элементам динамики в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
20	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в стойке и партере	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
21	Совершенствование техники выстрела	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
22	Проведение основной части занятия для обучения элементам динамики в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
23	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
24	Совершенствование техники выстрела	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация

		Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
25	Проведение основной части занятия для обучения элементам статики в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
26	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
27	Совершенствование технике выстрела	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
28	Проведение основной части занятия для обучения элементам статики в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
29	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
30	Совершенствование технике выстрела	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта

31	Проведение основной части занятия для обучения прыжковым элементам	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
32	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
33	Совершенствование технике выстрела	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
34	Проведение основной части занятия для обучения прыжковым элементам в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
35	Обучение и совершенствование техническим и технико-тактическим действиям в стойке и партере	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
36	Совершенствование технике выстрела	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
37	Формирование навыка оказания первой помощи на занятиях в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация

		Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
38	Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в стойке и партере	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
39	Совершенствование техники выстрела	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
40	Мини-соревнования "Я-судья" в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
41	Физическая подготовка, совершенствование техники двигательных действий в стойке и партере	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
42	Совершенствование технике выстрела	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
43	Мини-соревнования "Я-судья" в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Контрольная работа
44	Физическая подготовка, совершенствование техники двигательных действий в стойке и партере	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация

		Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
45	Стрельба по правилам "ГТО"	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
46	Особенности проведения занятия с дошкольниками в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
47	Физическая подготовка, совершенствование техники двигательных действий в стойке и партере	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
4 курс 8 семестр		
1	Обучение и методика обучения технике двигательных действий в спортивных единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
2	Совершенствование техники в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
3	Особенности проведения занятий с дошкольниками в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа

		Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
4	Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе начальной подготовки спортсменов в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
5	Особенности общей и специальной физической подготовки в спортивных единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
6	Совершенствование техники в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
7	Проведение основной части занятия для дошкольников в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
8	Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе начальной подготовки спортсменов в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
9	Совершенствование техники в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта

10	Проведение основной части физкультурно-оздоровительного занятия в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат
11	Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе ранней специализации спортсменов в единоборствах	Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
12	Совершенствование технике выстрела в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
13	Проведение основной части занятия для обучения элементам гибкости в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
14	Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе ранней специализации спортсменов в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
15	Совершенствование технике выстрела в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
16	Проведение основной части занятия для обучения элементам динамики в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
17	Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических	Чтение обязательной и дополнительной литературы

	кондиций на этапе углубленной специализации спортсменов в единоборствах	Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
18	Совершенствование техники в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
19	Проведение основной части занятия для обучения элементам статике в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
20	Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе углубленной специализации спортсменов в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
21	Формирование навыков стрельбы в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
22	Проведение основной части занятия для обучения прыжковым элементам в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
23	Диагностика физического состояния спортсменов. Методика совершенствование физических кондиций на этапе спортивного совершенствования в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа

		Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
24	Формирование навыков в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
25	Проведение основной части занятия для обучения акробатике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
26	Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе спортивного совершенствования спортсменов в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
7	Формирование техники двигательных действий в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
28	Метод case-study в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
29	Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе спортивного совершенствования в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
30	Формирование техники двигательных действий в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы

		Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
31	Мини-соревнование по ОФП в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
32	Методика обучения и совершенствования технико-тактических двигательных действий и физических кондиций на этапе высшего спортивного мастерства в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
33	Формирование техники двигательных действий в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
34	Мини-соревнование по СФП	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
35	Методика совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе высшего спортивного мастерства в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
36	Формирование техники двигательных действий в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа

		Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
37	Мини-соревнования "Я-судья"	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
38	Методика совершенствования технико-тактических двигательных действий и физических кондиций на этапе высшего спортивного мастерства в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
39	Формирование двигательных действий в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
40	Формирование навыка оказания первой доврачебной помощи" в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
41	Особенности организации и проведение личных соревнований. Методика совершенствования технико-тактических двигательных действий и физических кондиций в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
42	Формирование навыков стрельбы в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
43	Подвижные игры в спортивной аэробике	Чтение обязательной и дополнительной литературы

		Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
44	Особенности организации командных соревнований. Методика совершенствования технико-тактических двигательных действий и физических кондиций единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
45	Формирование навыков в биатлоне	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта
46	Методика совершенствования технико-тактических двигательных действий в стойке и партере в единоборствах	Чтение обязательной и дополнительной литературы Реферат Презентация Учебная карточка Контрольная работа Конспект тренировочного занятия Технологическая карта

В ходе подготовки, к занятию обучающиеся читают обязательную литературу. Оценка самостоятельной работы студентов осуществляется в течение лабораторных занятий посредством устного опроса и проверки учебной карточки, конспекта тренировочного занятия, контрольной работы, реферата по теме занятия. Оцениваются как фактические знания студентов, так и глубина понимания, способности определения главного и интерпретации полученных знаний, эффективный подбор средств и методов обучения и совершенствования ТДД, ТТДД, ФК, а также навыки самостоятельного поиска необходимой информации по теме занятия и ее критической оценки.

6. Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю)

6.1. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

Студент должен пройти промежуточную аттестацию в виде трех контрольных недель на 1 курсе 1 семестре. Для получения зачета студенты должны набрать не менее 61 балла по специальной рейтинговой оценочной шкале. Для этого необходимо:

- посещать академические занятия (в случае пропуска по болезни необходима справка из медсанчасти ТюмГУ);
- успешно сдать контрольные нормативы (тесты) по общей физической;

- выполнить контрольную работу, конспект тренировочного занятия, составить учебную карточку, направленную на разработку комплекса упражнений для развития общих и специальных физических качеств;

- владеть основными терминами и понятиями, применяемыми в оздоровительной, кондиционной тренировке; показать умение переложить теоретические знания на предполагаемый практический опыт.

Шкала оценки успеваемости студентов:

- от 0 до 60 баллов – «незачет»,

- от 61 до 100 баллов – «зачет».

При подготовке к теоретическому зачету необходимо ориентироваться на рекомендуемую литературу. При подготовке к выполнению контрольных тестов студент должен подготовить организм к выполнению физической нагрузки.

Студент может получить зачет по дисциплине автоматически, если не имеет пропусков (или пропуски занятий отработаны). Студенты, обучающиеся на индивидуальном графике могут сдать зачет в форме: реферата, составление учебной карточки, презентации.

Для получения зачета по дисциплине "Теория и методика избранного вида спорта" 3 курс 6 семестр необходимо сдать нормативные требования:

Биатлон;

Тесты для проверки остаточных знаний по дисциплине биатлон

- в тест входит 15 вопросов, на темы пройденного лекционного материала;

Контрольные работы по пройденным темам

- история развития биатлона в мире, России, тюменской обл;

- классификация видов гонок в соревнованиях по биатлону в зависимости от возраста и пола участников;

- общие положения техники стрельбы;

Контрольный норматив по стрелковой подготовке без физической нагрузки

- стрельба из положения сидя

Единоборства

Техника двигательных действий в единоборствах:

Приемов в партере (дзюдо, самбо): максимальное количество баллов

- удержание сбоку – Non-kesa-gatame;

- удержание поперек – Yoko-shiho-gatame;

- удержание со стороны головы – Kami- shiho-gatame;

- уходы от удержаний

Бросков в стойке: максимальное количество баллов - Дзюдо

- боковая подсечка в темп шагов – Okuri-ashi-barai

- отхват – O-soto-gari

Самбо

- задняя подножка

Прямая комбинация: бросок в стойке - удержание - максимальное количество баллов -

боковая подсечка в темп шагов - удержание поперек;

- задняя подножка - удержание сбоку

- отхват - удержание со стороны головы

Спортивная аэробика

Выполнение САД, включающая базовые шаги на 8 счетов

Выполнение элементов из каждой группы сложности:

Группа А - 2 элемента;

Группы В - 1 элемент;

Группа С - 3 элемента;

Группа D - 2 элемента.

Акробатика:

- выполнение акробатического элемента

- выполнение акробатической пирамиды

Для получения зачета по дисциплине "Теория и методика избранного вида спорта" 4 курс 7 семестр необходимо сдать нормативные требования:

Биатлон:

Сдача контрольных нормативов по стрелковой подготовке без физической нагрузки (в тире);

- положение сидя;

- положение лежа, без упора;

- положение стоя;

Сдача зачетных требований по технике лыжных ходов;

- классические и коньковые лыжные хода (перечислить);

Темы контрольных работ;

- выступление российских биатлонистов на Олимпийских играх;

- особенности учебно-тренировочного процесса при подготовке юных биатлонистов;

- общие и специальные средства подготовки биатлонистов;

Спортивная аэробика:

Выполнение САД, включающая базовые шаги на 16 счетов с включением двух элементов сложности и переходом в партер;

Акробатика:

- выполнение акробатического элемента

- выполнение акробатической пирамиды

Сдача контрольных нормативов.

"Единоборства"

Выполнение техники двигательных действий в партере - максимальное количество баллов:

- рычаг локтя захватом головы и руки ногами;

- уход от болевого на руку рычаг локтя захватом головы и руки ногами;

Выполнение техники двигательных действий в стойке - максимальное количество баллов:

- бросок через спину захватом руки на плечо;

- бросок через бедро;

- бросок задняя подножка;

- контрприем от броска через спину захватом руки на плечо;

- контрприем от броска через бедро;

- контрприем от броска задняя подножка

Выполнение технико-тактических действий - прямые комбинации - максимальное количество баллов:

- бросок через бедро – удержание поперек (туше);

- бросок через спину с захватом руки на плечо – удержание со стороны головы (туше)

- бросок задняя подножка - удержание сбоку

Для получения зачета по дисциплине "Теория и методика избранного вида спорта" 4 курс 8 семестр необходимо сдать нормативные требования:

Биатлон:

Контрольный норматив по стрелковой подготовке после физической нагрузки

-из положения лежа;

-из положения стоя;

Контрольные работы по темам

-особенности учебно-тренировочного процесса при подготовке юных биатлонистов;

-общие основы планирования в биатлоне;

-игровые приемы при обучении технике стрельбы;

Спортивная аэробика:

Выполнение САД, включающая базовые шаги с движениями руками на 16 счетов с включением двух элементов сложности, одного акробатического элемента и переходом в партер.

Акробатика:

- выполнение акробатической пирамиды.

"Единоборства"

Выполнение техники двигательных действий в стойке - максимальное количество баллов

-боковая подсечка-передняя подножка- болевой прием на руку;

- передняя подсечка - задняя подножка- удержание сбоку;

- бросок захватом руки на плечо – зацеп изнутри - болевой прием на ногу;

-подсечка изнутри – бросок через спину - удушающий прием;

- бросок наклоном захватом шеи – бросок подворотом захватом руки и шеи -туше

Контрольные тесты для оценки общей физической подготовленности студентов

№	Контрольные упражнения		Уровень (оценка в баллах)				
			Низ.	Н.ср.	Ср.	В.ср.	Выс.
1	Бег 30 м (с.)	М	5,4	5,2	5,0	4,7	4,3
		Ж	6,3	6,1	5,9	5,3	4,8
		оценка	1	2	3	4	5
2	Бег 1000 м (мин, с.) (М) Бег 500 м (мин, с.) (Ж)	М	4.13,0	3.58,0	3.42,0	3.26,0	3.14,0
		Ж	2.15,0	2.08,0	2.00,0	1.52,0	1.45,0
		оценка	1	2	3	4	5
3	Прыжок в длину с места (см.)	М	200	210	220	230	250
		Ж	150	160	168	180	190
		оценка	1	2	3	4	5
4	Подтягивание на перекладине (раз) (М), Поднимание туловища из положения, лежа за 30 с (раз) (Ж)	М	5	7	9	12	15
		Ж	18	20	22	24	26
		оценка	1	2	3	4	5
5	Наклон туловища вперед из положения сед (см.)	М	4	6	8	10	12
		Ж	8	10	12	14	16
		оценка	1	2	3	4	5
Общая оценка ОФП		баллы	5-7	8-12	13-17	18-22	23-25

Контрольные тесты для оценки специальной физической подготовленности студентов

№	Контрольные упражнения		Уровень (оценка в баллах)				
			Низ.	Н.ср.	Ср.	В.ср.	Выс.
1	10 кувыркков вперед (с)	М	17.8	17.6	17.4	17.2	16.9
		Ж	18.3	18.0	17.7	17.4	17.1
		оценка	1	2	3	4	5
2	Челночный бег 3x10м (с)	М	7,3	7,1	6,9	6,7	6,5
		Ж	7,6	7,4	7,2	7,0	6,8
		оценка	1	2	3	4	5
3	Подтягивание на перекладине за 20 с. (раз) (М). Подтягивание в висе лежа за 20с. (раз) (Д)	М	7	9	10	12	14
		Ж	20	22	24	26	28
		оценка	1	2	3	4	5
4	Поднимание туловища, лежа на спине за 20 с. (раз)	М	10	12	14	16	18
		Ж	8	10	12	14	16
		оценка	1	2	3	4	5
5	Забегания на мосту влево 5 раз, вправо 5 раз (с.)	М	22	20	19	17	15
		Ж	24	23	21	19	17
		оценка	1	2	3	4	5
Общая оценка СФП		баллы	5-7	8-12	13-17	18-22	23-25

Критерии оценки техники упражнений по единоборствам

Выполнение технического действия	оценка	уровень
выполнение упражнения без ошибок	5	отлично
упражнение выполнено с одной ошибкой, не ведущей к искажению техники приема	4	хорошо
упражнение выполнено с несущественными ошибками, не ведущими к сильному искажению техники	3	удовл.
упражнение выполнено с существенными нарушениями техники	2	не удовл.
упражнение не выполнено	1	

Критерии оценки тактической подготовки по единоборствам

Выполнение технического действия	оценка	уровень
выполнение ТТД без ошибок в условиях соревновательной схватки	5	отлично
ТТД выполнено с одной ошибкой, не ведущей к искажению техники приема в условиях соревновательной схватки	4	хорошо
ТТД выполнено с несущественными ошибками, не ведущими к сильному искажению техники в условиях соревновательной схватки	3	удовл.
ТТД выполнено с существенными нарушениями техники в условиях соревновательной схватки	2	не удовл.
упражнение не выполнено	1	

Типовые контрольные задания для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта»

Типовые контрольные задания для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине 3 курс 6 семестр

Тема 1. История развития единоборств.

Задание:

- разобрать план исследования исторического развития одного из вида единоборств.

Тема 2. Здоровьесберегающие технологии на занятиях борьбой.

Задание: - составить перечень основных правил техники безопасности на занятиях единоборствами;

- составить правила и продемонстрировать последовательность оказания первой медицинской помощи при полученных травмах на занятиях единоборствами;

- охарактеризовать профессиональные компетентности специалистов в единоборствах.

Тема 3. Организация занятий по борьбе.

Задание: - составить план круговой тренировки, направленной на развитие специальных физических качеств в единоборствах;

- разработать конспект учебно-тренировочного занятия комплексной направленности на развитие физических кондиций;

- разработать конспект учебно-тренировочного занятия избирательной направленности на обучение технико-тактическим действиям в стойке и партере в единоборствах;

- составить план учебно-тренировочного занятия, направленный на развитие технического мастерства соревновательным методом.

Тема 4. Особенности общей и специальной физической подготовки в единоборствах.

Задание: - составить комплекс, направленный на воспитание силы и скоростно-силовых способностей для всех видов единоборств в рамках программного материала и применить на учебно-тренировочном процессе;

- подготовить и защитить доклад/презентацию по развитию силы и скоростно-силовых способностей в единоборствах;

- составить комплекс, направленный на воспитание скоростных способностей и специальной быстроты в спортивных единоборствах в рамках программного материала и применить на учебно-тренировочном процессе;

- подготовить и защитить доклад/презентацию по воспитанию скоростных способностей и специальной быстроты в единоборствах;

- составить комплекс, направленный на воспитание общей и специальной выносливости для всех видов единоборств в рамках программного материала и применить на учебно-тренировочном процессе;

- подготовить и защитить доклад/презентацию по воспитанию общей и специальной выносливости в единоборствах;

- составить комплекс, направленный на воспитание ловкости и специальной ловкости для всех видов единоборств в рамках программного материала и применить на учебно-тренировочном процессе;

- подготовить и защитить доклад/презентацию по воспитанию ловкости и специальной ловкости;

- составить комплекс, направленный на воспитание гибкости и специальной гибкости для всех видов единоборств в рамках программного материала и применить на учебно-тренировочном процессе;

- подготовить и защитить доклад/презентацию по воспитанию гибкости и специальной гибкости в спортивных единоборствах.

Тема 5. История спортивной аэробики как вида спорта.

Задание: - выявить ключевых личностей в становлении спортивной аэробики как вида спорта;

- выявить ключевые даты в становлении спортивной аэробики как вида спорта;

- составить и защитить поэтапную план-схему истории спортивной аэробики в виде презентации.

Тема 6. Техника безопасности на занятиях спортивной аэробикой.

Задание: - выделить ключевые правила техники безопасности на занятиях спортивной аэробикой;

- составить алгоритм осуществления первой доврачебной медицинской помощи на занятии спортивной аэробикой;

Тема 7. Организация и методика проведения занятий по спортивной аэробике.

- разработать план-конспект учебно-тренировочного занятия, направленный на обучение базовым шагам (march, jog, skip, kneelift, kick, jack, lunge);

- подготовить и защитить доклад/презентацию по технике выполнения и методике обучения базовым шагам (march, jog, skip, kneelift, kick, jack, lunge);

разработать план-конспект учебно-тренировочного занятия, направленный на развитие специальной выносливости в спортивной аэробике;

- подготовить и защитить доклад/презентацию по теме «Развитие специальной выносливости в спортивной аэробике»;

- разработать план-конспект учебно-тренировочного занятия, направленный на развитие скоростно-силовых способностей ног;

- подготовить и защитить доклад/презентацию по теме «Развитие скоростно-силовых способностей ног»;

- разработать план-конспект учебно-тренировочного занятия, направленный на развитие скоростно-силовых способностей рук;

- подготовить и защитить доклад/презентацию по теме «Развитие скоростно-силовых способностей рук»;

- разработать план-конспект учебно-тренировочного занятия, направленный на развитие пассивной и активной гибкости;

- подготовить и защитить доклад/презентацию по теме «Пассивная и активная гибкость в спортивной аэробике».

Тема 8. Характеристика зимнего и летнего биатлона Исторический обзор развития биатлона в Мире, России и Тюменской области. Сооружения для занятий биатлоном. Основы техники передвижения на лыжах.

- изучение программного материала по учебникам, учебным и методическим пособиям.

Написание конспекта

- работа с дополнительными литературными источниками.

- просмотр видео материалов

- интернет ресурсы.

Типовые контрольные задания для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине 4 курс 7 семестр

Тема 1. Методика обучения, совершенствования технике выполнения приемов, технико-тактическим действиям и контрприемам в партере.

Задание: - составить комплексы подводящих упражнений, направленные на обучение (совершенствование) техническим действиям в партере и провести с группой на учебно-тренировочном занятии отчет в форме учебной карточки;

- разработать методику обучения техническим действиям в партере для борьбы дзюдо, самбо, греко-римской, вольной и применить с группой на учебно-тренировочном занятии;

- составить тактический план для проведения технического действия в партере и применить его на учебно-тренировочном занятии отчет в форме учебной карточки по каждому стилю борьбы.

Тема 2. Обучение, теория и методика обучения, совершенствования технике выполнения бросков, технико-тактическим действиям и контрприемам в стойке в единоборствах.

Задание: - составить комплекс подводящих упражнений, направленный на обучение (совершенствование) техническим действиям в стойке (зачетные технические действия) и провести с группой на учебно-тренировочном занятии отчет в форме учебной карточки;

- разработать методику обучения техническим действиям в стойке для дзюдо, самбо греко-римской, вольной борьбы и применить с группой на учебно-тренировочном занятии;

- составить тактический план для проведения технического действия в стойке и применить его на учебно-тренировочном занятии отчет в форме учебной карточки по каждому стилю борьбы.

Тема 3. Теория и методика обучения, совершенствования технике выполнения элементов в спортивной аэробике.

Задание:

- разработать план-конспект учебно-тренировочного занятия, направленный обучение технике выполнения элементов группы А – A-frame;
- подготовить и защитить доклад/презентацию по технике выполнения и методике обучения технике выполнения элементов группы А – A-frame;
- разработать план-конспект учебно-тренировочного занятия, направленный обучение технике выполнения элементов группы В – L-support;
- подготовить и защитить доклад/презентацию по технике выполнения и методике обучения технике выполнения элементов группы В – Lsupport;
- разработать план-конспект учебно-тренировочного занятия, направленный обучение технике выполнения элементов группы С – Cossack;
- подготовить и защитить доклад/презентацию по технике выполнения и методике обучения технике выполнения элементов группы С – Cossack;
- разработать план-конспект учебно-тренировочного занятия, направленный обучение технике выполнения элементов группы С – airturn;
- подготовить и защитить доклад/презентацию по технике выполнения и методике обучения технике выполнения элементов группы С - airturn;
- разработать план-конспект учебно-тренировочного занятия, направленный обучение технике выполнения элементов группы D – pancake;
- подготовить и защитить доклад/презентацию по технике выполнения и методике обучения технике выполнения элементов группы D – pancake.

Тема 4. Организация и проведения соревнований по биатлону:

- работа с дополнительными литературными источниками;
- просмотр видео материалов;
- интернет ресурсы.

Типовые контрольные задания для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине 4 курс 8 семестр

Тема 1: Нравственное воспитание в процессе занятий борьбой.

- задачи, средства, методы нравственного воспитания;
- роль воспитания морально-волевых качеств в единоборствах;

Форма отчетности: контрольная работа.

Тема 2: Квалификация спортсменов по спортивным результатам в спортивных единоборствах.

- требования единой квалификационной системы в единоборствах;
- требования к присвоению спортивного разряда;
 - требования к присвоению технических нормативов (кю, дан).

Форма отчетности: - письменная контрольная работа;

- составить план работы аттестационной комиссии по присвоению спортивного разряда.
- составить схему аттестационных требований для присвоения спортивных результатов в спортивных и ударных видах единоборств.

Тема 3: Этапы организационной работы по подготовке к соревнованиям различного масштаба в спортивных единоборствах.

- состав судейской коллегии, оргкомитета, должностные обязанности;
- основные требования к оформлению положений на соревнования;

- программа соревнований;
- особенности подготовки мест проведения соревнований;

Форма отчетности: контрольная работа.

Тема 4: Организация соревнований и судейство по дзюдо и самбо.

- виды и характеристика соревнований по борьбе;
- правила составления положения на соревнованиях, необходимая документация, организация открытия и закрытия спортивных состязаний;
- основные обязанности судейского и административного корпуса, коменданта соревнований, обслуживающего персонала;
- обязанности представителей команд, тренеров-преподавателей, спортсменов;
- правила соревнований;
- требования к местам проведения соревнований.

Форма отчетности: - контрольная работа;

- разработать положение о соревнованиях.

Тема 5: Организация соревнований и судейство в греко-римской и вольной борьбе.

- виды и характеристика соревнований по борьбе;
- правила составления положения на соревнованиях, необходимая документация, организация открытия и закрытия спортивных состязаний;
- основные обязанности судейского и административного корпуса, коменданта соревнований, обслуживающего персонала;
- обязанности представителей команд, тренеров-преподавателей, спортсменов;
- правила соревнований;
- требования к местам проведения соревнований.

Форма отчетности: - контрольная работа;

- разработать положение о соревнованиях.

Тема 6: Педагогическое значение соревнований.

- основные задачи спортивных состязаний;
- роль соревнований в формировании морально-волевой подготовки спортсменов;

Форма отчетности: - реферат;

Тема 7. Организация соревнований и судейство в спортивной аэробике.

- виды и характеристика соревнований по спортивной аэробике;
- правила составления положения на соревнованиях, необходимая документация, организация открытия и закрытия спортивных состязаний;
- основные обязанности судейского и административного корпуса, коменданта соревнований, обслуживающего персонала;
- обязанности представителей команд, тренеров-преподавателей, спортсменов;
- правила соревнований;
- требования к местам проведения соревнований.

Тема 8. Система присвоения разрядов и званий в спортивной аэробике

Задание:

- требования единой квалификационной системы;
- требования к присвоению спортивного разряда и звания.

Тема 9. Спортивная аэробика в современном мире

Задание:

- организация массовых занятий аэробикой, цели и задачи;
- значение аэробики в современном обществе, как вида физической культуры.

Тема 10. Инвентарь и снаряжение биатлонистов, хранение и уход за ним. Требования к одежде, инвентарю. Профилактика травматизма, температурные нормы. Требования, предъявляемые к приобретению, хранению и провозу оружия и боеприпасов. Основы производства меткого выстрела:

- изучение программного материала по учебникам, учебным и методическим пособиям.

Написание конспекта

- работа с дополнительными литературными источниками.
- просмотр видео материалов
- интернет ресурсы.

6.2 Критерии оценивания компетенций:

Таблица 4

Карта критериев оценивания компетенций

№	Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенций, соотносенные с планируемыми результатами обучения	Оценочные материалы	Критерии оценивания
1	<p>УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>	<p>Знает: основные понятия единоборств, спортивной аэробики, биатлона; основы теории и методики преподавания; классификацию данных видов спорта; содержание, формы, методы планирования занятий видами спорта в звеньях системы образования; методы и способы профилактики травматизма в процессе занятий</p> <p>Знает и понимает основные понятия единоборств, спортивной аэробики, биатлона; основы теории и методики преподавания; классификацию данных видов спорта; содержание, формы, методы планирования занятий видами спорта в звеньях системы образования; методы и способы профилактики травматизма в процессе занятий</p> <p>Знает: интерпретирует основные понятия единоборств, спортивной аэробики, биатлона; основы теории и методики преподавания; классификацию данных видов спорта; содержание, формы, методы планирования занятий видами спорта в звеньях системы образования; методы и способы профилактики травматизма в процессе занятий.</p> <p>Умеет: разрабатывать конспекты занятий по единоборствам, спортивной аэробике, биатлону; комплектовать и готовить спортсменом по видам спорта; разрабатывать документацию необходимую для проведения занятия по видам спорта; проводить занятия по видам спорта в звеньях системы образования</p> <p>Умеет: изучать и оценивать конспекты занятий по единоборствам, спортивной аэробике, биатлону; комплектовать и готовить спортсменом по видам спорта;</p>	<p>Презентация Учебная карточка Контрольная работа Реферат Конспект</p>	<p>Оцениваемые показатели ответов студентов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Полнота изложения материала. 2. Последовательность изложения. 3. Владение речью и терминологией. 4. Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. 5. Умение делать обобщение, выводы, сравнение. 6. Степень самостоятельности изложения, без навязывающих вопросов. 7. Лаконичность изложения. <p>Критерии оценки конспекта ТЗ, учебной карточки, реферата, контрольной работы: - работа выполняется письменно;</p>

	<p>разрабатывать документацию необходимую для проведения занятия по видам спорта; проводить занятия по видам спорта в звеньях системы образования.</p> <p>Умеет: способен интегрировать опыт для подготовки комплексов занятий по единоборствам, спортивной аэробике, биаггону; комплектовать и готовить спортсменов по видам спорта; разрабатывать документацию необходимую для проведения занятия по видам спорта; проводить занятия по видам спорта в звеньях системы образования.</p>		<p>- содержательность, соответствие плану (выбранное направление, цель, задачи, возраст, уровень подготовленности, дозирование нагрузки, адекватный подбор средств и методов);</p> <p>- соответствие оформлению требованиям;</p> <p>- грамотность изложения.</p>
<p>2</p> <p>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.</p>	<p>Знает: морфологические особенности занимающихся единоборствами, спортивной аэробикой, биаггону различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие дифференцированный подход к планированию, характера и уровня физических нагрузок, анализ результатов их применения</p> <p>Знает и понимает планирование содержания занятий с учетом положений теории физической культуры морфологических особенностей занимающихся единоборствами, спортивной аэробикой, биаггону различного пола и возраста, критерий оценки физического развития, определяющих дифференцированный подход к планированию, характера и уровня физических нагрузок, анализ результатов их применения, влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса</p> <p>Знает: интерпретирует морфологические особенности занимающихся единоборствами, спортивной аэробикой, биаггону различного пола и возраста, критерии оценки</p>	<p>Презентация</p> <p>Учебная карточка</p> <p>Контрольная работа</p> <p>Реферат</p> <p>Конспект</p> <p>Технологическая карта</p>	<p>Оцениваемые показатели ответов студентов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Полнота изложения материала. 2. Последовательность изложения. 3. Владение речью и терминологией. 4. Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. 5. Умение делать обобщение, выводы, сравнение. 6. Степень самостоятельности изложения, без навязывающих вопросов.

	<p>физического развития, определяющие дифференцированный подход к планированию, характера и уровня физических нагрузок, анализ результатов их применения, влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста.</p> <p>Умеет: дифференцировать обучающихся обучающимся единоборствам, спортивной аэробикой, биатлоном, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастнo-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок с учетом положений теории физической культуры.</p> <p>Умеет: дифференцировать обучающихся обучающимся единоборствам, спортивной аэробикой, биатлоном, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастнo-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок, учитывать возрастные психологические особенности опираясь на положения теории физической культуры</p> <p>Умеет: дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастнo-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок, учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; определять средства и величину нагрузки на занятиях по единоборствам, спортивной аэробикой, биатлоном в зависимости от поставленных задач и с учетом положений теории физической культуры</p>		<p>7. Лаконичность изложения.</p> <p>Критерии оценки конспекта ТЗ, учебной карточки, реферата, контрольной работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - работа выполняется письменно; - содержательность, соответствие плану (выбранное направление, цель, задачи, возраст, уровень подготовленности, дозирование нагрузки, адекватный подбор средств и методов); - соответствие оформления требованиям; - грамотность изложения.
--	--	--	--

<p>3 ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий.</p>	<p>Знает: значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», «разницу между ними; критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности; особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p> <p>Знает и понимает значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», «разницу между ними, неоднородность и динамичность спортивной ориентации»; критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности; особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p> <p>Знает: интерпретацию основных видов спортивного отбора, выбора спортивной специализации, спортивной ориентации, «разницу между ними, неоднородность и динамичность спортивной ориентации»; критерии и подходы в диагностике индивидуальной предрасположенности; 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</p>	<p>Презентация Учебная карточка Контрольная работа Реферат</p>	<p>Оцениваемые показатели ответов студентов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Полнота изложения материала. 2. Последовательность изложения. 3. Владение речью и терминологией. 4. Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. 5. Умение делать обобщение, выводы, сравнение. 6. Степень самостоятельности изложения, без навязывающих вопросов. 7. Лаконичность изложения. <p>Критерии оценки конспекта ТЗ, учебной карточки, реферата, контрольной работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - работа выполняется письменно; - содержательность, соответствие плану (выбранное направление, цель, задачи, возраст, уровень подготовки, дозирование нагрузки,
--	--	--	--

	<p>образовательного процессов в единоборствах, спортивной аэробике, биаглоне.</p> <p>Умеет: применять на практике и ориентироваться в общих положениях, требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов в единоборствах, спортивной аэробике, биаглоне.</p> <p>Умеет: изучать и оценивать общие положения и требования нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов;</p> <p>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 единоборствах, спортивной аэробике, биаглоне.</p> <p>Умеет: интерпретировать виды общих положений и требований нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов;</p> <p>определять анатомо-физиологические показатели физического развития человека; определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; оценивать эффективность статических положений и движений человека; использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им</p>	<p>адекватный подбор средств и методов);</p> <p>- оформления требований;</p> <p>- грамотность изложения.</p>
--	--	--

	<p>физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом; определять показатели и критерии начального отбора; интерпретировать результаты тестирования в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p>		
<p>4 ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта.</p>	<p>Знает основы: теории и методики обучения спортивной технике, тактике, развития и совершенствования физических качеств; организации участия спортсменом в соревнованиях по единоборствам, спортивной аэробике, биатлоне.</p> <p>Знает факторы, определяющие профессиональное мастерство в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p> <p>Знает: интерпретирует содержание, формы и методы планирования и организации тренировочной и соревновательной деятельности; основы теории и методики обучения в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p> <p>Умеет: определять цели и задачи спортивной подготовки спортсменов в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне; планировать учебно-тренировочные занятия с учетом возраста и пола занимающихся, санитарно-гигиенических основ, климатических, региональных, особенностей</p> <p>Умеет: разрабатывать перспективные и оперативные планы и программы конкретных занятий в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне со спортсменами массовых разрядов; оценивать нагрузку и в зависимости от результатов контроля корректировать её; с помощью комплекса тестов оценивать уровень общей и специальной работоспособности, функциональной готовности занимающихся и на основе этого вносить коррективы в тренировочный и соревновательный процесс.</p>	<p>Презентация Учебная карточка Контрольная работа Реферат Конспект Тест Технологическая карта</p>	<p>Оцениваемые показатели ответов студентов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Полнота изложения материала. 2. Последовательность изложения. 3. Владение речью и терминологией. 4. Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. 5. Умение делать обобщение, выводы, сравнение. 6. Степень самостоятельности изложения, без навязывающих вопросов. 7. Лаконичность изложения. <p>Критерии оценки конспекта ТЗ, учебной карточки, реферата, контрольной работы: - работа выполняется письменно;</p>

	<p>Умеет: оценивать и интерпретировать эффективность используемых средств и методов тренировок; определять причины типичных ошибок, определять приемы и средства к их устранению; анализировать результаты учебно-педагогических наблюдений за спортсменами для контроля и корректировки тренировочного и соревновательного процессов в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p>	<p>- содержательность, соответствие плану (выбранное направление, цель, задачи, возраст, уровень подготовленности, дозирование нагрузки, адекватный подбор средств и методов); - соответствие оформления требованиям; - грамотность изложения</p>
<p>5 ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.</p>	<p>Знает основные факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе спортивной деятельности; этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья занимающихся; основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p> <p>Знает и понимает сущность: факторов и причин травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе спортивной деятельности; этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья занимающихся; основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы</p>	<p>Презентация Контрольная работа Реферат</p> <p>Оцениваемые показатели ответов студентов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Полнота изложения материала. 2. Последовательность изложения. 3. Владение речью и терминологией. 4. Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. 5. Умение делать обобщение, выводы, сравнение. 6. Степень самостоятельности изложения, без навязывающих вопросов.

	<p>сердечно-легочной реанимации в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p> <p>Знает полное содержание факторов и причин травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе спортивной деятельности; этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья занимающихся; основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне.</p> <p>Умеет в типичных ситуациях 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 в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне; обеспечивать своевременное обращение за медицинской помощью.</p> <p>Умеет в зависимости от ситуации распознавать и оценить 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 в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне; обеспечивать своевременное обращение за медицинской помощью.</p>	<p>7. Лаконичность изложения.</p> <p>Критерии оценки конспекта ТЗ, учебной карточки, реферата, контрольной работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - работа выполняется письменно; - содержательность, соответствие плану (выбранное направление, цель, задачи, возраст, уровень подготовленности, дозирование нагрузки, адекватный подбор средств и методов); - соответствие оформления требованиям; - грамотность изложения.
--	--	---

	<p>Умеет в нестандартных ситуациях 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 в единоборствах, спортивной аэробики, биатлоне; обеспечивать своевременное обращение за медицинской помощью.</p>		
<p>6 ОПК-8. Способен проводить работу по предотвращению применения допинга</p>	<p>Знает основы работы по предотвращению применения допинга в единоборствах, спортивной аэробики, биатлоне.</p> <p>Знает и понимает основы работы по предотвращению применения допинга на различных этапах подготовки спортсменов в единоборствах, спортивной аэробики, биатлоне.</p> <p>Знает интерпретирует работу по предотвращению применения допинга на различных этапах подготовки спортсменов в единоборствах, спортивной аэробики, биатлоне и у взрослого населения.</p> <p>Умеет изучать основы работы по предотвращению применения допинга в единоборствах, спортивной аэробики, биатлоне.</p> <p>Умеет оценивать основы работы по предотвращению применения допинга в единоборствах, спортивной аэробики, биатлоне.</p> <p>Умеет интерпретировать современные способы работы по предотвращению применения допинга в единоборствах, спортивной аэробики, биатлоне.</p>	<p>Презентация Контрольная работа Реферат</p>	<p>Оцениваемые показатели ответов студентов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Полнота изложения материала. 2. Последовательность изложения. 3. Владение речью и терминологией. 4. Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. 5. Умение делать обобщение, выводы, сравнение. 6. Степень самостоятельности изложения, без навязывающих вопросов. 7. Лаконичность изложения. <p>Критерии оценки конспекта ТЗ, учебной</p>

			<p>карточки, реферата, контрольной работы: - работа выполняется письменно; - содержательность, соответствие плану (выбранное направление, цель, задачи, возраст, уровень подготовленности, дозирование нагрузки, адекватный подбор средств и методов); - соответствие оформления требованиям; - грамотность изложения.</p>
<p>7 ОПК-13. Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта.</p>	<p>Знает основные правила проведения соревнований в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне. Знает и понимает правила и регламенты проведения спортивных соревнований в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне; методические материалы по вопросам, касающимся деятельности спортивных судей; способы оказания первой помощи в условиях соревнования Знает; современную методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий; профилактические и организационные меры обеспечения безопасности проводимых соревнований; порядок допинг-контроля и антидопинговые правила; основы психологии; порядок составления установленной отчетности; нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией; передовой отечественный и зарубежный опыт судейства;</p>	<p>Презентация Контрольная работа Реферат Конспект Тест</p>	<p>Оцениваемые показатели ответов студентов: 1. Полнота изложения материала. 2. Последовательность изложения. 3. Владение речью и терминологией. 4. Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. 5. Умение делать обобщение, выводы, сравнение.</p>

	<p>основы налогового, гражданского, трудового, финансового и административного законодательства; правила по охране труда и пожарной безопасности в единоборствах, спортивной аэробики, биатлоне.</p> <p>Умеет: организовать и судить спортивные соревнования в соответствии со своей квалификацией, судейской специализацией и категорией, с правилами единоборств, спортивной аэробики, биатлона и положением (регламентом) о спортивном соревновании.</p> <p>Умеет: осуществлять организацию и судейство, соблюдая требования спортивной этики, объективно и своевременно решает вопросы, возникающие в ходе соревнований; контролировать соблюдение правил единоборств, спортивной аэробики, биатлона спортсменами и тренерами</p> <p>Умеет: организовывать, проводить соревнования по единоборствам, спортивной аэробики, биатлону различного уровня; разрабатывать соответствующую документацию; осуществлять объективное судейство соревнований; разрешать спортивные споры при проведении соревнований; обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований; осуществлять функции судьи.</p>		<p>6. Степень самостоятельности изложения, без навязывающих вопросов.</p> <p>7. Лаконичность изложения.</p> <p>Критерии оценки конспекта ТЗ, учебной карточки, реферата, контрольной работы:</p> <p>- работа выполняется письменно;</p> <p>- содержательность, соответствие плану (выбранное направление, цель, задачи, возраст, уровень подготовленности, дозирование нагрузки, адекватный подбор средств и методов);</p> <p>- соответствие оформления требованиям;</p> <p>- грамотность изложения.</p>
<p>8</p> <p>ОПК-14. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.</p>	<p>Знает методику обучения в единоборствах, спортивной аэробики, биатлоне; методы педагогического контроля; средства управления и критерии оценки уровня подготовленности спортсменов в условиях тренировочного и образовательного процессов.</p> <p>Знает и понимает традиционные средства и методы организации и проведения тренировочных занятий; методы педагогического контроля; методики обучения,</p>	<p>Презентация Контрольная работа Реферат Конспект Технологическая карта</p>	<p>Оцениваемые показатели ответов студентов:</p> <p>1. Полнота изложения материала.</p> <p>2. Последовательность изложения.</p> <p>3. Владение речью и терминологией.</p>

	<p>развития, совершенствования технической, тактической, физической подготовки.</p> <p>Знает интерпретирует современные средства и методы организации и проведения тренировочных занятий на различных этапах подготовки спортсменов; методики обучения, развития, совершенствования технической, тактической, физической подготовки.</p> <p>Умеет изучать научно-методическую литературу; анализировать, сопоставлять основные направления в единоборствах, спортивной аэробики, биатлоне на современном этапе.</p> <p>Умеет оценивать и осуществлять методическое обеспечение; контролировать величину тренировочной нагрузки, объем нагрузки, интенсивность нагрузки в процессе тренировочного и образовательного процесса в единоборствах, спортивной аэробики, биатлоне.</p> <p>Умеет интерпретировать и осуществлять методическое обеспечение; контролировать величину тренировочной нагрузки, объем нагрузки, интенсивность нагрузки в процессе тренировочного и образовательного процесса на различных этапах подготовки в единоборствах, спортивной аэробики, биатлоне.</p>	<p>4. Умение иллюстрировать материал конкретными примерами.</p> <p>5. Умение делать обобщение, выводы, сравнение.</p> <p>6. Степень самостоятельности изложения, без навязывающих вопросов.</p> <p>7. Лаконичность изложения.</p> <p>Критерии оценки конспекта ТЗ, учебной карточки, реферата, контрольной работы:</p> <p>- работа выполняется письменно;</p> <p>- содержательность, соответствие плану (выбранное направление, цель, задачи, возраст, уровень подготовки, дозирование нагрузки, адекватный подбор средств и методов);</p> <p>- соответствие оформления требованиям;</p> <p>- грамотность изложения.</p>
--	---	---

9	<p>ПК-2. Проведение физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы. Оказание физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг.</p>	<p>Знает основы разработки и реализации программ физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне; оказания физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании, в дополнительном образовании детей и взрослых</p> <p>Знает и понимает основы разработки и реализации программ физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне; оказания физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании, в дополнительном образовании детей и взрослых</p> <p>Знает и интерпретирует разработку и реализацию программ физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в единоборствах, спортивной аэробике, биатлоне; оказание физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании, в дополнительном образовании детей и взрослых.</p>	<p>Презентация Учебная карточка Контрольная работа Реферат Конспект Тест</p>	<p>Оцениваемые показатели ответов студентов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Полнота изложения материала. 2. Последовательность изложения. 3. Владение речью и терминологией. 4. Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. 5. Умение делать обобщение, выводы, сравнение. 6. Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов. 7. Лаконичность изложения. <p>Критерии оценки конспекта ТЗ, учебной карточки, реферата, контрольной работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - работа выполняется письменно; - содержательность, соответствие плану (выбранное направление, цель, задачи, возраст, уровень подготовленности,
---	---	---	--	---

		<p>физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании, в дополнительном образовании детей и взрослых</p>	<p>дозирование нагрузки, адекватный подбор средств и методов); - соответствие оформления требованиям; - грамотность изложения.</p>
--	--	--	--

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля).

7.1. Основная литература:

1. Иссурин, В. Б. Подготовка спортсменов XXI века: научные основы и построение тренировки / В. Б. Иссурин. — Москва : Спорт-Человек, 2016. — 464 с. — ISBN 978-5-906839-57-2. — Текст : электронный. — URL: <https://e.lanbook.com/book/97499> (дата обращения: 29.05.2020). — Режим доступа: по подписке.

7.2. Дополнительная литература:

1. Никитушкин, В. Г. Спорт высших достижений: теория и методика: учебное пособие / В. Г. Никитушкин, Ф. П. Сулов. — Москва: Спорт-Человек, 2017. — 320 с. — ISBN 978-5-9500178-0-3. — Текст: электронный. — URL: <https://e.lanbook.com/book/97552>(дата обращения: 29.05.2020). — Режим доступа: по подписке.

2. Платонов, В. Н. Двигательные качество и физическая подготовка спортсмена: монография / В. Н. Платонов. — Москва: Спорт-Человек, 2019. — 656 с. — ISBN 978-5-9500183-3-6. — Текст: электронный. — URL: <https://e.lanbook.com/book/114613>(дата обращения: 29.05.2020). - Режим доступа: по подписке.

7.3. Интернет-ресурсы:

1. Портал Научно-теоретический журнал ТИПФК <http://teoriya.ru>
2. Портал Научно-теоретический журнал «Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта» – <http://lesgaft-notes.spb.ru/>
3. Портал Научная электронная библиотека – <http://elibrary.ru>
4. Портал Библиотека международной спортивной информации – <http://bmsi.ru>
5. Портал Федерация дзюдо России – <http://www.judo.ru/>
6. Портал Федерация спортивной борьбы России – <http://www.wrestrus.ru/>
7. Портал Международной федерации гимнастики <https://www.gymnastics.sport/site/>
8. Портал Европейской федерации гимнастики <http://www.ueg.org>
9. Портал Всероссийской федерации спортивной аэробики <http://спортивнаяаэробика.рф>
10. Федеральные стандарты по спортивной подготовке <https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka/82/5502/>

7.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Научно-поисковые системы:

- [WebofScience](#)

- [Scopus](#)

Российские базы данных:

-Межвузовская электронная библиотека (МЭБ) – <https://icdlib.nspu.ru/>

-Справочная правовая система КонсультантПлюс – <http://www.consultant.ru/>

8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю):

Обучающимся предоставлен доступ с мобильных устройств, личных персональных компьютеров и ноутбуков посредством использования сети интернет в информационно-

образовательную среду ТюмГУ, включающую в себя доступ к учебным планам и рабочим программам, к изданиям электронной библиотечной системы и электронным образовательным ресурсам.

Лицензионное ПО, используемое при организации образовательного процесса, в том числе отечественного производства:

: MicrosoftOffice 365, ПакетAdobeCreativeCloud: Photoshop, Illustrator, InDesign, Premiere, AfterEffects, AcrobatPro, платформа MS Teams ипр.

ПО, находящееся в свободном доступе:

9. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Учебные аудитории для проведения лекций и лабораторных занятий, консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы. Для проведения занятий лекционного типа необходимо демонстрационное оборудование. Помещения для самостоятельной работы обучающихся должны быть оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду.

Для проведения практических занятий по подгруппам (учебных, учебно-тренировочных, тренировочных) материально-техническая база оснащена тренажерным залом, спортивными залами (единоборств, гимнастический, спортивных игр, групповых занятий), соответствующие санитарным нормам и технике безопасности спортивным инвентарем.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Институт физической культуры

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по учебно-методической работе института физической культуры

 /Е.А. Симонова/

01 июня 2020

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
Рабочая программа
для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура
профиль: физическая культура и спорт
формы обучения: очная и заочная

Завьялова Т.П., Черкасов В.В., Макаридин Д. Н., Богданова В.А. Теория и методика физической культуры. Рабочая программа для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль: физическая культура и спорт, формы обучения: очная и заочная. Тюмень, 2020.

Рабочая программа дисциплины (модуля) опубликована на сайте ТюмГУ: Теория и методика физической культуры [электронный ресурс] / Режим доступа: <https://www.utmn.ru/sveden/education/#>.

1. Пояснительная записка

Рабочая программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования подготовки бакалавра по направлению – Физическая культура

Цель дисциплины – повышение уровня профессиональной подготовки бакалавров для решения профессиональных задач в области физического совершенствования человека. Задачи дисциплины:

-сформировать систему знаний о сущности управления процессом физкультурного образования на основе учета особенностей возрастного развития различных групп населения;

-усвоить знания и сформировать педагогические умения в области физического воспитания детей дошкольного возраста, создать представление о мастерстве педагога, осуществляющего процесс физического воспитания детей дошкольного возраста;

-познакомить с современными подходами и технологиями физического воспитания дошкольников, школьников;

-сформировать систему знаний о сущности управления спортивной тренировкой.

Краткое содержание дисциплины:

Дисциплина «Теория физической культуры и спорта» относится к базовой части профессионального цикла. Для изучения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные студентами при изучении таких дисциплин как: педагогика и психология, педагогика физической культуры, анатомия, физиология, биохимия, биомеханика. Знания, полученные при изучении дисциплины «Теория физической культуры и спорта», используются в учебной практике, научно-исследовательской работе студентов, а также дисциплинах профессионального цикла.

1.1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Данная дисциплина (модуль) входит в блок Б1 Дисциплины (модули), дисциплины обязательной части.

1.2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины (модуля)

Код и наименование компетенции (из ФГОС ВО)	Компонент (знаниевый/функциональный)
ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учётом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	Знает положения теории физической культуры, определяющих методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся
	Знает специфику планирования его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования
	Знает целевые результаты и параметры применяемых нагрузок
	Знает методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования
	Знает основные и дополнительные формы занятий физическими упражнениями
	Знает документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на различных стадиях и этапах
	Знает организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования
	Знает организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту

		Умеет планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой
		Умеет формулировать цели и различные задачи учебно-воспитательного занятия физическими упражнениями и организовывать их решение с использованием средств и методов, соответствующих возрастным и индивидуальным особенностям обучающихся и занимающихся
		Умеет 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 дня и вне учебного времени
		Умеет определять формы, методы и средства оценивания процесса деятельности занимающихся при освоении образовательных программ начального, основного общего и среднего общего (полного) образования
ОПК-2 Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий		Знает особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса
		Знает педагогические критерии спортивной ориентации и отбора
		Знает особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов
		Умеет использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом
ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся		Знает основные слагаемые педагогического контроля, методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации полученных данных, их фиксации
		Знает систему оценивания обучающихся в процессе освоения основных и дополнительных образовательных программ по физической культуре и спорту
		Знает нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО
		Умеет подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической и технической подготовленности обучающихся и занимающихся
		Умеет подобрать критерии оценки личностных, предметных и метапредметных результатов освоения ООП
		Умеет планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при освоении основных и дополнительных программ по физической культуре и спорту в системе общего и профессионального образования
		Умеет оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля
ОПК-11 способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и		Знает источники получения информации, направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта
		Знает методы оценки результатов учебно-воспитательного

методов физкультурно-спортивной деятельности		процесса, методы и организацию комплексного контроля в физическом воспитании и спортивной подготовке
		Умеет собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле и методическом обеспечении образовательных и тренировочных процессов
		Умеет анализировать и оценивать эффективность учебно-воспитательной и физкультурно-оздоровительной деятельности
ОПК-14 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса		Знает систему организации учебного и тренировочного процесса по физической культуре
		Знает порядок разработки учебно-программной документации по образовательному и тренировочному процессам по физической культуре и спорту.
		Знает содержание методического обеспечения образовательного и тренировочного процессов в области физической культуры и спорта
		Знает основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации
		Знает показатели, характеризующие эффективность проведения тренировочного и образовательного процессов
		Знает особенности оценивания результатов тренировочного и образовательного процессов
		Умеет изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта
		Умеет определять и планировать содержание методического обеспечения в образовательном и тренировочном процессе по физической культуре и спорту
		Умеет осуществлять контроль за соответствием содержания занятий поставленным целям и задачам в образовательном и тренировочном процессе по физической культуре и спорту
ПК-1 Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы начального, основного, среднего общего образования, дополнительного образования детей в области физической культуры и спорта		Знает положения теории физической культуры, определяющих методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся.
		Знает специфику планирования, 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.
		Умеет планировать тренировочный процесс на разных стадиях и этапах, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта.

2. Структура и объем дисциплины

Таблица 1.1.

Вид учебной работы		Всего часов	Часов в семестре			
			3	4	5	6
Общая трудоемкость	зач. ед.	16	4	4	4	4
	час	576	144	144	144	144
Из них:						
Часы аудиторной работы (всего):		256	64	64	64	64
Лекции		128	32	32	32	32
Практические занятия		128	32	32	32	32
Лабораторные / практические занятия по подгруппам		0	0	0	0	0
Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося		320	80	80	80	80
Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен)			Зачет	Зачет	Зачет	Экзамен

Таблица 1.2

Заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Часов в семестре			
			3	4	5	6
Общая трудоемкость	зач. ед.	16	4	4	4	4
	час	576	144	144	144	144
Из них:						
Часы аудиторной работы (всего):		96	40	16	20	20
Лекции		44	20	8	8	8
Практические занятия		52	20	8	12	12
Лабораторные / практические занятия по подгруппам		0	0	0	0	0
Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося		480	104	128	124	124
Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен)			Зачет	Зачет	Зачет	Экзамен

3. Система оценивания

3.1. При проведении текущего контроля используются: собеседование, ситуационные задания.

Собеседование – средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу (модулю).

Ситуационное задание – задание, выполняемое студентами по результатам пройденной теории, включающие в себя применение данных теоретических знаний на практике.

Критерии оценки:

- соответствие выполненного задания поставленным задачам;
- соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания;
- уровень владения материалом задания при ответах на вопросы.

Варианты ситуационных заданий:

1. Анализ научных источников по теме, предложенной преподавателем.

2. Самодиагностика (по предложенным преподавателем методикам) и составление заключений.

3. Самостоятельный подбор диагностических методик для различных возрастных категорий.

4. Проведение анализа конспектов урока физической культуры с целью оценки соответствия содержания конспекта возрастным особенностям обучающихся.

5. Подбор игровых упражнений для развития учащихся разного возраста.

6. Разработка практических рекомендаций по развитию различных аспектов подготовки в процессе физического воспитания.

7. Составление плана занятия по физическому воспитанию с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей обучающихся

Студенты, успешно освоившие учебный материал дисциплины, и получившие по итогам текущего контроля (трёх собеседований) положительные оценки (3, 4, 5), получают зачёт (в 3 семестре) или оценку за экзамен, соответствующую итоговому среднему баллу (в четвёртом семестре). При условии, что у них отсутствуют пропуски занятий без уважительных причин.

Студенты, имеющие пропуски занятий без уважительных причин и не прошедшие все три собеседования, сдают зачёт или экзамен в форме собеседования по контрольным вопросам учебной дисциплины.

4. Содержание дисциплины

4.1. Тематический план дисциплины

Таблица 2.1.

Очная форма обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (академические часы)			Иные виды контактной работы
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные / практические занятия	
1	2	3	4	5	6	7
	Часов в 3 семестре	64	32	32	0	
	Общие основы теории и методики физической культуры	64	32	32	0	
1	Содержание основных понятий теории физической культуры. Система физической культуры.	2	2	0	0	
2	Содержание основных понятия теории физической культуры. Система физической культуры.	2	0	2	0	

	культуры.					
3	Функции физической культуры. Принципы физического воспитания.	2	2	0	0	
4	Функции физической культуры. Принципы физического воспитания.	2	0	2	0	
5	Средства физкультурного образования. Методы физкультурного образования	2	2	0	0	
6	Средства и методы физкультурного образования	2	0	2	0	
7	Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса физического воспитания и спорта	2	2	0	0	
8	Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса физического воспитания и спорта	2	0	2	0	
9	Основы обучения двигательным действиям	2	2	0	0	
10	Основы обучения двигательным действиям	2	0	2	0	
11	Основы развития координационных способностей	2	2	0	0	
12	Основы развития координационных способностей	2	0	2	0	
13	Основы развития силовых способностей.	2	2	0	0	
14	Основы развития силовых способностей.	2	0	2	0	
15	Основы развития скоростных и скоростно-силовых способностей	2	2	0	0	
16	Основы развития скоростных и скоростно-силовых способностей	2	0	2	0	
17	Основы развития общей и специальной выносливости.	2	2	0	0	
18	Основы развития общей и специальной выносливости	2	0	2	0	
19	Основы развития гибкости	2	2	0	0	
20	Основы развития гибкости	2	0	2	0	
21	Особенности возрастного развития дошкольников, их учет в физкультурном образовании.	2	2	0	0	
22	Особенности возрастного развития дошкольников, их учет в физкультурном образовании.	2	0	2	0	
23	Особенности возрастного развития школьников, их учет в физкультурном образовании.	2	2	0	0	
24	Особенности возрастного развития школьников, их учет в физкультурном образовании.	2	0	2	0	
25	Особенности возрастного развития людей зрелого возраста, их учет в физкультурном образовании.	2	2	0	0	
26	Особенности возрастного развития людей зрелого возраста, их учет в физкультурном образовании.	2	0	2	0	

27	Особенности возрастного развития людей пожилого возраста, их учет в физкультурном образовании.	2	2	0	0	
28	Особенности возрастного развития людей пожилого возраста, их учет в физкультурном образовании.	2	0	2	0	
29	Система физического воспитания дошкольников. Средства физического воспитания.	2	2	0	0	
30	Система физического воспитания дошкольников. Средства физического воспитания.	2	0	2	0	
31	Организационные формы физическое воспитание дошкольников. Медико-педагогический контроль за физическим воспитанием.	2	2	0	0	
32	Организационные формы физическое воспитание дошкольников. Медико-педагогический контроль за физическим воспитанием.	2	0	2	0	
34	Зачет	0	0	0	0	2
	Часов в 4 семестре	64	32	32	0	
	Теоретико-методические основы физкультурного образования	64	32	32	0	
1	Современное состояние физической культуры в обществе	2	2	0	0	
2	Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей школьного возраста	2	0	2	0	
3	Физическая культура учащихся как научная и учебная дисциплина	2	2	0	0	
4	Физическая культура учащихся как научная и учебная дисциплина	2	0	2	0	
5	Концептуальные подходы к физическому воспитанию школьников на современном этапе	2	2	0	0	
6	Концептуальные подходы к физическому воспитанию школьников на современном этапе	2	0	2	0	
7	Программно-нормативные основы физического воспитания школьников	2	2	0	0	
8	Программно-нормативные основы физического воспитания школьников	2	0	2	0	
9	Планирование физкультурного образования учащихся	2	2	0	0	
10	Планирование физкультурного образования учащихся	2	0	2	0	
11	Урок физической культуры, как основная форма физического воспитания учащихся общеобразовательных школ	2	2	0	0	
12	Урок физической культуры, как основная форма физического воспитания учащихся общеобразовательных школ	2	0	2	0	

13	Внеклассные и внешкольные формы физического воспитания учащихся общеобразовательных школ	2	2	0	0	
14	Внеклассные и внешкольные формы физического воспитания учащихся общеобразовательных школ	2	0	2	0	
15	Методические особенности физического воспитания школьников начальных, средних и старших классов	2	2	0	0	
16	Методические особенности физического воспитания школьников начальных, средних и старших классов	2	0	2	0	
17	Регулирование процесса физкультурного образования учащихся	2	2	0	0	
18	Регулирование процесса физкультурного образования учащихся	2	0	2	0	
19	Контроль и оценка успеваемости учащихся на уроках физической культуры	2	2	0	0	
20	Контроль и оценка успеваемости учащихся на уроках физической культуры	2	0	2	0	
21	Технологии обучения школьников на уроках физической культуры	2	2	0	0	
22	Технологии обучения школьников на уроках физической культуры	2	0	2	0	
23	Дифференцированный подход в физкультурном образовании школьников	2	2	0	0	
24	Методика дифференцированного обучения двигательному действию на уроках физической культуры	2	0	2	0	
25	Физическое воспитание студенческой молодежи	2	2	0	0	
26	Физическое воспитание студенческой молодежи	2	0	2	0	
27	Физическая культура в системе рациональной организации труда основных контингентов трудящихся	2	2	0	0	
28	Физическая культура в системе рациональной организации труда основных контингентов трудящихся	2	0	2	0	
29	Физическая культура в условиях быта основных возрастных групп трудоспособного населения	2	2	0	0	
30	Физическая культура в условиях быта основных возрастных групп трудоспособного населения	2	0	2	0	
31	Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста	2	2	0	0	
32	Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста	2	0	2	0	

33	Зачет	0	0	0	0	2
	Часов в 5 семестре	64	32	32	0	
	Теоретико-методические основы спорта	64	32	32	0	
1	Общая характеристика спорта	2	2	0	0	
2	Общая характеристика спорта	2	0	2	0	
3	Основы спортивной тренировки	2	2	0	0	
4	Основы спортивной тренировки	2	0	2	0	
5	Предпосылки рационального построения процесса спортивной тренировки	2	2	0	0	
6	Предпосылки рационального построения процесса спортивной тренировки	2	0	2	0	
7	Система спортивных соревнований и соревновательной деятельности	2	2	0	0	
8	Система спортивных соревнований и соревновательной деятельности	2	0	2	0	
9	Основные стороны спортивной подготовки	2	2	0	0	
10	Теоретические основы спорта	2	0	2	0	
11	Разминка в спорте	2	2	0	0	
12	Разминка в спорте	2	0	2	0	
13	Методика построения занятий и микроциклов	2	2	0	0	
14	Методика построения занятий и микроциклов	2	0	2	0	
15	Методика построения мезоциклов и макроциклов	2	2	0	0	
16	Методика построения мезоциклов	2	0	2	0	
17	Структура многолетней подготовки	2	2	0	0	
18	Методические основы спорта	2	0	2	0	
19	Технология планирования в спорте	2	2	0	0	
20	Технология планирования в спорте	2	0	2	0	
21	Комплексный контроль, учет в подготовке спортсмена.	2	2	0	0	
22	Комплексный контроль, учет в подготовке спортсмена.	2	0	2	0	
23	Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки	2	2	0	0	
24	Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки	2	0	2	0	
25	Моделирование в системе спортивной подготовки	2	2	0	0	
26	Моделирование в системе спортивной подготовки	2	0	2	0	
27	Факторы и условия, повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности	2	2	0	0	
28	Факторы и условия, повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности	2	0	2	0	
29	Допинг в спорте: история, состояние, перспективы.	2	2	0	0	
30	Допинг в спорте: история, состояние, перспективы.	2	0	2	0	

31	Материально-техническое обеспечение подготовки и соревнований.	2	2	0	0	
32	Управление процессом спортивной тренировки	2	0	2	0	
34	Зачет	0	0	0	0	2
	Часов в 6 семестре	64	32	32	0	
	Методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	64	32	32	0	
1	Рабочие программы по физической культуре	2	2	0	0	
2	Рабочие программы по физической культуре	2	0	2	0	
3	Пояснительная записка рабочей программы по физической культуре	2	2	0	0	
4	Разработка пояснительной записки	2	0	2	0	
5	Общая характеристика учебного предмета "Физическая культура"	2	2	0	0	
6	Общая характеристика учебного предмета "Физическая культура"	2	0	2	0	
7	Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета	2	2	0	0	
8	Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета	2	0	2	0	
9	Планируемые результаты изучения предмета	2	2	0	0	
10	Рабочая программа по физической культуре, 7-9 класс	2	0	2	0	
11	Рабочая программа по физической культуре, 7-9 класс	2	2	0	0	
12	Рабочая программа по физической культуре, 7-9 класс	2	0	2	0	
13	Рабочая программа по физической культуре, 7-9 класс	2	2	0	0	
14	Рабочая программа по физической культуре, 7-9 класс	2	0	2	0	
15	Рабочая программа по физической культу 10-11 класс	2	2	0	0	
16	Рабочая программа по физической культуре 10-11 класс	2	0	2	0	
17	Рабочая программа по физической культу 10-11 класс	2	2	0	0	
18	Рабочая программа по физической культуре 10-11 класс	2	0	2	0	
19	Система оценивания предметных результатов	2	2	0	0	
20	Система оценивания предметных результатов	2	0	2	0	
21	Примерные основные образовательные программы по направлениям физическая культура и спорт	2	2	0	0	
22	Примерные основные образовательные программы по направлениям физическая культура и спорт	2	0	2	0	
23	Примерные основные образовательные программы по направлениям физическая культура и спорт	2	2	0	0	

24	Примерные основные образовательные программы по направлениям физическая культура и спорт	2	0	2	0	
25	Примерные программы общеобразовательной учебной дисциплины "Физическая культура" для профессиональных образовательных организаций	2	2	0	0	
26	Примерные программы общеобразовательной учебной дисциплины "Физическая культура" для профессиональных образовательных организаций	2	0	2	0	
27	Примерные программы общеобразовательной учебной дисциплины "Физическая культура" для профессиональных образовательных организаций	2	2	0	0	
28	Примерные программы общеобразовательной учебной дисциплины "Физическая культура" для профессиональных образовательных организаций	2	0	2	0	
29	Общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта	2	2	0	0	
30	Общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта	2	0	2	0	
31	Основные принципы и структура взаимодействия образовательных программ в сфере физической культуры и спорта и программ спортивной подготовки	2	2	0	0	
32	Основные принципы и структура взаимодействия образовательных программ в сфере физической культуры и спорта и программ спортивной подготовки	2	0	2	0	
33	Консультация перед экзаменом	0	0	0	0	2
34	Экзамен по дисциплине "Теория и методика физической культуры"	0	0	0	0	2
	Итого (часов)	256	128	128		

Таблица 2.2.

Заочная форма обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.		
		Всего	Виды аудиторной работы (академические часы)	Иные виды контактной работы

			Лекции	Практические занятия	Лабораторные / практические занятия	
1	2	3	4	5	6	7
	Часов в 3 семестре	40	20	20	0	
	Общие основы теории и методики физической культуры	40	20	20	0	
1	Содержание основных понятий теории физической культуры. Система физической культуры. Средства физкультурного образования. Методы физкультурного образования	2	2	0	0	
2	Функции, принципы физической культуры. Методы физкультурного образования	2	0	2	0	
3	Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса физического воспитания и спорта. Основы обучения двигательным действиям	2	2	0	0	
4	Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса физического воспитания и спорта. Основы обучения двигательным действиям. Основы развития общих координационных способностей	2	0	2	0	
5	Основы развития силовых, скоростных, скоростно-силовых способностей. Основы развития гибкости.	2	2	0	0	
6	Основы развития общей и специальной выносливости. Особенности возрастного развития детей дошкольного и школьного возраста в процессе физкультурного образования	2	0	2	0	
7	Особенности возрастного развития людей зрелого и пожилого возраста, их учет в физкультурном образовании. Система физического воспитания дошкольников.	2	2	0	0	
8	Особенности возрастного развития людей пожилого возраста, их учет в физкультурном образовании. Средства физического воспитания детей дошкольного возраста	2	0	2	0	
9	Организационные формы физического воспитания дошкольников. Медико-педагогический контроль за физическим воспитанием дошкольников	2	2	0	0	
10	Медико-педагогический контроль за физическим воспитанием детей дошкольного возраста. Диагностика физической подготовленности дошкольников.	2	0	2	0	
11	Основы развития гибкости	2	2	0	0	

12	Особенности возрастного развития детей дошкольного и школьного возраста в процессе физкультурного образования	2	0	2	0	
13	Особенности возрастного развития людей зрелого и пожилого возраста, их учет в физкультурном образовании.	2	2	0	0	
14	Особенности возрастного развития людей пожилого возраста, их учет в физкультурном образовании.	2	0	2	0	
15	Система физического воспитания дошкольников.	2	2	0	0	
16	Средства физического воспитания детей дошкольного возраста	2	0	2	0	
17	Организационные формы физического воспитания дошкольников.	2	2	0	0	
18	Медико-педагогический контроль за физическим воспитанием детей дошкольного возраста	2	0	2	0	
19	Педагогический контроль за физическим воспитанием дошкольников	2	2	0	0	
20	Диагностика физической подготовленности дошкольников	2	0	2	0	
22	Зачет	0	0	0	0	2
	Часов в 4 семестре	16	8	8	0	
	Теоретико-методические основы физкультурного образования	16	8	8	0	
1	Методические особенности физического воспитания школьников начальных, средних и старших классов	2	2	0	0	
2	Методические особенности физического воспитания школьников начальных, средних и старших классов	2	0	2	0	
3	Программно-нормативные основы физического воспитания школьников	2	2	0	0	
4	Программно-нормативные основы физического воспитания школьников	2	0	2	0	
5	Контроль и оценка успеваемости учащихся на уроках физической культуры	2	2	0	0	
6	Контроль и оценка успеваемости учащихся на уроках физической культуры	2	0	2	0	
7	Физическое воспитание студенческой молодежи, трудоспособного населения, людей пожилого и старшего возраста	2	2	0	0	
8	Физическое воспитание студенческой молодежи, трудоспособного населения, людей пожилого и старшего возраста	2	0	2	0	
9	Зачет	0	0	0	0	2
	Часов в 5 семестре	20	8	12	0	
	Теоретико-методические основы спорта	20	8	12	0	
1	Общая характеристика спорта	2	2	0	0	
2	Общая характеристика спорта	2	0	2	0	
3	Основы спортивной тренировки	2	2	0	0	
4	Основы спортивной тренировки	2	0	2	0	

5	Основные стороны спортивной подготовки	2	2	0	0	
6	Теоретические основы спорта	2	0	2	0	
7	Методика построения занятий и микроциклов	2	2	0	0	
8	Методика построения занятий и микроциклов	2	0	2	0	
9	Методика построения мезоциклов	2	0	2	0	
10	Технология планирования в спорте	2	0	2	0	
12	Зачет	0	0	0	0	2
	Часов в 6 семестре	20	8	12	0	
	Методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	20	8	12	0	
1	Рабочие программы по физической культуре	2	2	0	0	
2	Рабочие программы по физической культуре	2	0	2	0	
3	Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета	2	2	0	0	
4	Система оценивания предметных результатов	2	0	2	0	
5	Примерные основные образовательные программы по направлениям физическая культура и спорт	2	0	2	0	
6	Примерные программы общеобразовательной учебной дисциплины "Физическая культура" для профессиональных образовательных организаций	2	2	0	0	
7	Примерные программы общеобразовательной учебной дисциплины "Физическая культура" для профессиональных образовательных организаций	2	0	2	0	
8	Общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта	2	2	0	0	
9	Общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта	2	0	2	0	
10	Основные принципы и структура взаимодействия образовательных программ в сфере физической культуры и спорта и программ спортивной подготовки	2	0	2	0	
11	Консультация перед экзаменом	0	0	0	0	2
12	Экзамен	0	0	0	0	2
	Итого (часов)	96	44	52	0	

4.2. Содержание дисциплины (модуля) по темам

* - темы, изучаемые студентами заочной формы обучения самостоятельно

ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

1. Содержание основных понятий теории физической культуры. Система физической культуры.

Дается характеристика понятий: физическое развитие, физическое формирование, физкультурная деятельность, физическая культура, методика обучения, технология обучения, теория обучения, физкультурное обучение, физкультурное воспитание. Взаимосвязь понятий в теории физической культуры. Теория физической культуры как учебная и научная дисциплина.

Система знаний и умений в области подготовки и проведения педагогического исследования, в области обработки, анализа и представления результатов исследования.

Научно-методологические, программно-нормативные, организационно-правовые и идейно-мировоззренческие основы системы физической культуры.

Сущность системы физкультурного образования и особенности ее структуры. Цель физкультурного образования: ее общие и специфические черты. Характеристика основных задач физкультурного образования: воспитательных, дидактических, по развитию координационных и кондиционных способностей, оздоровительных.

2. Содержание основных понятий теории физической культуры. Система физической культуры. *

На занятии закрепляется и расширяется объем знаний, раскрывающих содержание основных понятий в теории и методике физической культуры, системы физической культуры. Рассматриваются примеры системы дополнительного физкультурного образования

Студенты создают и решают кроссворды по закреплению основных понятий.

3. Функции физической культуры. Принципы физического воспитания. *

Рассматриваются функции ФК: материально-преобразующая, социально-политическая и социальная функции физической культуры. Социальная структура физической культуры: физкультурная деятельность, личностная подсистема (активность человека), общественная подсистема (условия для физического совершенствования человека). Основные формы физической культуры: производственная, семейная, базовая, бытовая.

Определение понятия «принцип». Особенности содержания общих принципов физического воспитания: всестороннего развития личности; прикладной направленности, оздоровительной направленности. Сущность, содержание и формы реализации дидактических принципов физического воспитания: сознательности и активности, наглядности, доступности и индивидуализации, систематичности и постепенности.

4. Функции физической культуры. Принципы физического воспитания.

Расширяется и закрепляется объем знаний всех функций ФК. Закрепляется понятие «принцип», рассматриваются особенности содержания всех принципов физического воспитания: всестороннего развития личности; прикладной направленности, оздоровительной направленности. Особое внимание уделено принципам в сфере физического воспитания, а также общедидактическим принципам. Рассматриваются пути реализации принципов для повышения эффективности физического воспитания занимающихся

5. Средства физкультурного образования. Методы физкультурного образования. *

Раскрываются вопросы содержания основных и вспомогательных средств ФК. Дается классификация основных средств физкультурного образования. Физические упражнения как основное средство: характеристика его сущности, содержания и форм. Техника двигательного действия: характеристика ее сущности, содержания и кинематических особенностей (пространственных, пространственно-временных, временных и динамических). Классификация физических упражнений. Соотношение эффективности физических упражнений и природных оздоровительных средств. Классификация и содержание гигиенических средств. Технические средства физкультурного образования: их содержание и классификация (тренажерные устройства, аудио-видеоаппаратура и т. д.).

Методы регулирования физической нагрузки. Метод физического упражнения: сущность и разновидности метода физического упражнения при обучении движениям. Сущность и классификация методов физического упражнения при развитии физических способностей. Сущность, содержание и отличительные признаки игрового и соревновательного методов в физкультурном образовании. Общепедагогические методы: словесные и наглядные.

6. Средства и методы физкультурного образования *

На семинарском занятии студенты закрепляют и расширяют объем знаний, полученных на лекционном занятии. Демонстрируют знания от самостоятельного изучения материала по указанным пособиям на предыдущих встречах.

7. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса физического воспитания и спорта.

В процессе проблемной лекции студентам предлагаются вопросы о путях повышения эффективности физического воспитания с различными категориями занимающихся. Предлагаются пути совершенствования на основе грамотного дозирования физической нагрузки.

Дается общая характеристика методов физкультурного образования: определение понятия метода; классификация методов и требования к ним.

Структурные элементы методов: нагрузка и отдых. Характеристика сущности и видов объема и интенсивности нагрузки, типов и интервалов отдыха. Эффекты физических упражнений. Понятие гомеостаза. Адаптация к физической нагрузке.

8. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса физического воспитания и спорта.

Закрепляется учебный материал, раскрывающий важнейший метод физкультурного образования: метод регулирования физической нагрузки при развитии физических способностей.

Приводятся примеры показателей объема и интенсивности нагрузки, видов и интервалов отдыха. Эффекты физических упражнений.

9. Основы обучения двигательным действиям *

Рассматриваются вопросы о сущности обучения двигательным действиям: определение понятия обучения движениям; преподавание и учение как стороны обучения; содержание обучения движениям и его основные подходы. Двигательная деятельность как предмет обучения: определение ее понятия. Содержание двигательной деятельности как совокупность закономерностей ее строения и функционирование. Характеристика основных частей двигательной деятельности: информативной, мотивационной, ориентационной, моторной (исполнительной) и контролирующей. Двигательные умения и навыки как уровни освоения двигательного действия. Закономерности обучения движениям: информационного и моторного регулирования двигательной деятельности.

Методика обучения движениям. Общая характеристика этапов обучения движениям.

Этап начального разучивания двигательного действия: цель обучения; основные задачи обучения. Характеристика содержания этапа обучения: осознание двигательной задачи; формирование смыслового; зрительного и двигательного образов движения; овладение основой техники движения. Ошибки обучения и их исправление.

Этап углубленного разучивания: цель и основные задачи обучения. Формирование развернутой ориентационной основы двигательного действия. Доведение техники движения до необходимой степени точности и стабильности.

Этап закрепления и совершенствования двигательного действия: цель и основные задачи. Методика закрепления двигательного действия: задачи и используемые методы. Методика совершенствования двигательного действия: задачи и используемые методы.

10. Основы обучения двигательным действиям. *

Закрепляются знания о сущности обучения двигательным действиям, содержательные стороны, Отличие двигательных умений от навыков..

Уточняется характеристика этапов обучения движениям.

Более подробно рассматриваются три этапа обучения двигательным действиям, с определением целей, задач, средств и методов обучения на каждом этапе обучения двигательным действиям

11. Основы развития координационных способностей. *

Дается общая характеристика координационных способностей: определение понятия координационных способностей; уровни и природные предпосылки их развития. Классификация координационных способностей: реагирующей, дифференцировочной, к сохранению равновесия, ориентационной, ритмической и к переключению. Сенситивные периоды развития координационных способностей.

Рассматриваются вопросы методики развития координационных способностей: специфические принципы их совершенствования. Методические приемы совершенствования всех разновидностей КС.

Определяются методы контроля в процессе совершенствования координационных способностей: методы наблюдения, экспертных оценок, инструментальные и тестирование.

12. Основы развития координационных способностей *

Закрепляется и расширяется объем знаний по изучаемой теме.

Приводятся примеры из практической физкультурной деятельности, направленной на развитие КС. Сенситивные периоды развития координационных способностей.

Уточняется методика развития общих координационных способностей. Определяются методы контроля в процессе совершенствования координационных способностей в зависимости от возраста занимающихся.

13. Основы развития силовых способностей.

Дается общая характеристика силовых способностей: определение понятия силовых способностей; классификация силовых способностей; режимы мышечного напряжения; сенситивные периоды развития. Основы методики развития силовых способностей: средства развития силовых способностей: их общая характеристика и классификация по различным принципам. Понятие силовой нагрузки: зоны интенсивности силовой нагрузки, характеристика ее объема, темпы выполнения силовых упражнений. Отдых как регулятор развития силовых способностей. Назначение, особенности и параметры нагрузки при использовании методов максимальных и повторных усилий.

14. Основы развития силовых способностей. *

Закрепляется и расширяется объем знаний о силовых, способностях. Рассматриваются особенности проявления указанных физических способностей, определяются параметры физической нагрузки, основные методические линии развития и методические правила. Указываются способы педагогического контроля за развитием мышечной силы

15. Основы развития скоростных и скоростно-силовых способностей.

Дается характеристика скоростных способностей. Основные методы развития быстроты, критерии оценки, факторы развития. Двигательная реакция: ее сущность, фазовая структура и основные разновидности. Простая двигательная реакция: определение понятия, методика ее совершенствования. Сложная двигательная реакция: ее сущность, основные разновидности, методика их совершенствования. Быстрота и частота отдельного движения: ее сущность; соотношение со скоростными способностями; методика ее совершенствования: средства, методы, параметры нагрузки. Методы контроля за развитием быстроты.

Характеристика скоростно-силовых способностей. Основы методики развития скоростно-силовых способностей: скоростно-силовые упражнения, их сущность и особенности воздействия на организм человека. Понятие скоростно-силовой нагрузки, особенности ее параметров: объема и

интенсивности. Длительность и характер отдыха в процессе выполнения скоростно-силовых упражнений. Методы контроля за развитием скоростно-силовых способностей.

16. Основы развития скоростных и скоростно-силовых способностей. *

На занятии студенты закрепляют и расширяют объём знаний, полученных на лекционном занятии. Уточняются методики развития, параметры нагрузки, особое внимание уделяется соблюдению методических правил при развитии указанных физических способностей

17. Основы развития общей и специальной выносливости. *

Дается общая характеристика выносливости: определение понятия выносливости; факторы, определяющие ее уровень; классификация разновидностей выносливости по степени специфичности мышечной деятельности (общая и специальная) и по зонам мощности; сенситивные периоды развития. Методика развития общей (аэробной) выносливости: характеристика основных энергетических источников; задачи, средства и параметры нагрузки при исследовании равномерного, интервального и переменного методов. Методика развития специальной выносливости: характеристика основных энергетических источников, средств, методов и параметров нагрузки развития различных видов скоростной, скоростно-силовой и силовой выносливости. Методы контроля за уровнем развития общей и специальной выносливости.

18. "Основы развития общей и специальной выносливости.

На занятии закрепляются знания о показателях выносливости, ее разновидностях.

Уточняются методические линии ее развития, основные методические правила с учетом сенситивных периодов и возрастного развития занимающихся.

Закрепляются методы контроля за уровнем развития общей и специальной выносливости.

19. Основы развития гибкости.

Дается общая характеристика гибкости: определение понятия гибкости; факторы, определяющие уровень ее развития; классификация разновидностей гибкости; режимы проявления гибкости; сенситивные периоды развития.

Методика развития гибкости: характеристика задач и правил (принципов) ее совершенствования; основные группы средств развития гибкости; методы регулирования нагрузки, характеристика параметров нагрузки. Методы контроля за уровнем развития гибкости.

20. Основы развития гибкости. *

Студенты закрепляют и расширяют объём знаний, полученных на лекционном занятии.

Самостоятельно подбирают и составляют комплекс физических упражнений для развития гибкости с учётом возрастного развития занимающихся.

21. Особенности возрастного развития дошкольников, их учет в физкультурном образовании. *

Кратко рассматриваются анатомо-физиологические и психологические особенности возрастного развития различных групп населения. Сообщается о необходимости учета в процессе занятий физическими упражнениями в работе с детьми дошкольного возраста.

22. Особенности возрастного развития дошкольников, их учет в физкультурном образовании.

На занятии расширяется материал лекционного материала. Уточняются анатомо-физиологические и психологические особенности дошкольников всех возрастных групп, особое внимание уделяется их учету в процессе занятий физическими упражнениями.

23. Особенности возрастного развития школьников, их учет в физкультурном образовании. *

Кратко рассматриваются анатомо-физиологические и психологические особенности возрастного развития различных групп населения. Сообщается о необходимости учета этих особенностей в процессе занятий физическими упражнениями в работе с учащимися младших, средних и старших классов. Особое внимание уделяется учету особенностей в физкультурно-оздоровительной работе и спортивной работе с подростками.

24. Особенности возрастного развития школьников, их учет в физкультурном образовании.

На семинарском занятии дается краткое содержание анатомо-физиологических и психических особенностей школьников младшего, среднего и старшего звена. Особое внимание уделяется закреплению материала этой темы в подростковые годы. Рассматриваются допустимые параметры нагрузки для школьников разного возраста, уточняются организационные формы физкультурно-оздоровительной работы со школьниками.

25. Особенности возрастного развития людей зрелого возраста, их учет в физкультурном образовании.

Кратко рассматриваются анатомо-физиологические и психологические особенности возрастного развития различных групп населения. Сообщается о необходимости учета в процессе занятий физическими упражнениями в физкультурно-оздоровительной работе с людьми молодежного и среднего возраста.

26. Особенности возрастного развития людей зрелого возраста, их учет в физкультурном образовании.

На семинарском занятии дается краткое содержание анатомо-физиологических и психических особенностей людей молодежного и среднего возраста. Особое внимание уделяется закреплению материала этой темы в студенческие годы. Рассматриваются допустимые параметры нагрузки для людей разного возраста, уточняются организационные формы физкультурно-оздоровительной работы с молодежью и людьми основного периода трудовой деятельности. Студенты знакомятся с нетрадиционными методиками оздоровления.

27. Особенности возрастного развития людей пожилого возраста, их учет в физкультурном образовании.

Кратко рассматриваются анатомо-физиологические и психологические особенности возрастного развития различных групп населения. Сообщается о необходимости учета в процессе занятий физическими упражнениями в физкультурно-оздоровительной работе с людьми пожилого возраста. Рассматриваются вопросы методической направленности, особое внимание уделяется дозированию физической нагрузки при занятиях физическими упражнениями с пожилыми людьми.

28. Особенности возрастного развития людей пожилого возраста, их учет в физкультурном образовании.

На семинарском занятии дается краткое содержание анатомо-физиологических и психических особенностей людей пожилого возраста. Указываются факторы старения организма. Особое внимание уделяется закреплению материала этой темы профилактики заболеваний с помощью занятий физической культурой. Рассматриваются допустимые параметры нагрузки для людей пожилого возраста, уточняются организационные формы физкультурно-оздоровительной работы с этой категорией населения. Студенты знакомятся с нетрадиционными методиками оздоровления пожилого человека.

29. Система физического воспитания дошкольников. Средства физического воспитания.

Студентам излагаются основные вопросы темы: система физического воспитания детей дошкольного возраста. Раскрываются основные системообразующие компоненты: цель, задачи, принципы, методы, средства, формы физического воспитания дошкольников

Особое внимание уделяются средствам физического воспитания, рассматриваются особенности их использования в работе с дошкольниками

30. Система физического воспитания дошкольников. Средства физического воспитания. *

Студенты закрепляют материал лекционного занятия, расширяют объем знаний по изучаемой теме, в частности уточняются целевые установки физического воспитания дошкольников. Уточняются средства образования в сфере физической культуры, рассматриваются нетрадиционные средства и уточняется их эффективность

31. Организационные формы физическое воспитание дошкольников. Медико-педагогический контроль за физическим воспитанием.

Студентам излагаются основные вопросы, касающиеся традиционных и нетрадиционных форм организации физического воспитания. Особое внимание уделено учебной работе, представленной физкультурными занятиями для детей всех возрастных групп. Дается краткая характеристика активного отдыха, домашних заданий, физкультурно-оздоровительной работы в режиме дня.

Медико-педагогический контроль за физическим воспитанием дошкольников представлен медицинскими, педагогическими обследованиями, а также санитарно-просветительской работой. Раскрываются требования ко всем видам контроля.

32. Организационные формы физическое воспитание дошкольников. Медико-педагогический контроль за физическим воспитанием.

На семинарском занятии раскрываются более подробно формы организации физического воспитания в детском саду. Особое внимание уделено физкультурным занятиям, типам видам, показателям нагрузки. Рассматриваются нетрадиционные формы организации в дошкольном учреждении.

Уточняются требования к педагогическому контролю, в частности, диагностике физической подготовленности дошкольников всех возрастных групп, предлагается система тестирования детей и ее оценка.

33. Консультация перед зачетом

34. Общие основы теории и методики физической культуры (3 семестр)"

Студенты сдают зачет по вопросам.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

1. "Современное состояние физической культуры в обществе" *

Исторические аспекты становления физического воспитания школьников. Особенности задач, направленность и перспективы физического воспитания детей и молодежи школьного возраста. Состояние научного знания, профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта, актуальные проблемы развития. Комплексный подход к решению задач физического воспитания подрастающего поколения. Особенности задач, направленность и перспективы физического воспитания детей школьного возраста. Обусловленность задач физического воспитания школьников анатомо-физиологическими и психологическими особенностями их организма.

2. "Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей школьного возраста" *

Вопросы для обсуждения:

1. Социально-педагогическое значение физического воспитания в системе физической культуры.
2. Оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи физического воспитания.
3. Комплексный подход к решению задач физического воспитания подрастающего поколения.
4. Обусловленность задач физического воспитания школьников анатомо-физиологическими и психологическими особенностями их организма.

3. "Физическая культура учащихся как научная и учебная дисциплина" *

Физическое воспитание как компонент содержания общего образования и предмет «Физическая культура» – основная форма его организации в школах и других типах учебных заведений учреждений общего образования. Понятия: «предмет Физическая культура», «физкультурное образование», «педагогическая система предмета Физическая культура», «педагогический процесс по предмету Физическая культура», «технология учебного процесса по предмету Физическая культура», отличительные особенности данного предмета от других. Основные детерминанты, обуславливающие место и значение данного предмета в содержании общего образования. Современное состояние учебно-воспитательного процесса по физической культуре в общеобразовательной школе, оценка его результативности. Общие и частные методики.

4. "Физическая культура учащихся как научная и учебная дисциплина" *

Вопросы для обсуждения:

1. Характеристика объекта и предмета теории физической культуры.
2. Физическая культура учащихся как учебная дисциплина: цель обучения, образовательно-инструктивные, оздоровительно-рекреационные и воспитательно-развивающие задачи предмета «Физическая культура».
3. Определение понятий: «предмет Физическая культура», «физкультурное образование», «педагогическая система предмета Физическая культура», «педагогический процесс по предмету Физическая культура», «технология учебного процесса по предмету Физическая культура»

5. "Концептуальные подходы к физическому воспитанию школьников на современном этапе" *

Основные отечественные и зарубежные концепции физического воспитания. Концепции образовательной и оздоровительной направленности в физическом воспитании учащихся. Концепции спортивно-ориентированного физического воспитания. Личностно-ориентированные концепции физического воспитания

6. "Концептуальные подходы к физическому воспитанию школьников на современном этапе" *

Вопросы для обсуждения:

1. Концепция спортивно-ориентированного физического воспитания (В.К. Бальсевич).
Проекты спортивно-ориентированного физического воспитания.
2. Личностно-ориентированные концепции олимпийского образования школьников (В.И. Столяров, В.С. Родиченко).
3. Концепция спартианской педагогической технологии (В.И. Столяров).
4. Концепция образовательной направленности в физическом воспитании учащихся.
5. Концепции оздоровительной направленности в физическом воспитании учащихся.

7. "Программно-нормативные основы физического воспитания школьников"

Федеральные государственные образовательные стандарты начального, основного и среднего общего образования и их роль в регламентации процесса физического воспитания учащихся. Требования ФГОС к предметным, метапредметным и личностным результатам реализации основной образовательной программы. Примерные и авторские рабочие программы по физической культуре. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО как программно-нормативная основа физического воспитания школьников. Методическое обеспечение школьной физической культуры

8. "Программно-нормативные основы физического воспитания школьников"

Вопросы для обсуждения:

1. Основные требования и целевые установки ФГОС начального, основного общего и среднего (полного) общего образования.
2. Требования к личностным, метапредметным и предметным результатам освоения основной образовательной программы начального, основного общего и среднего (полного) общего образования.
3. Основные задачи обязательной предметной области «Физическая культура» начального, основного общего и среднего (полного) общего образования.
4. Авторские рабочие программы по физической культуре.

9. "Планирование физкультурного образования учащихся" *

Специфика планирования физического воспитания в общеобразовательной школе. Порядок определения и конкретизации учебно-воспитательных задач (образовательных, воспитательных, физического развития). Виды и формы документов планирования физического воспитания. Технология разработки рабочей программы по предмету физическая культура, годовых, четвертных планов, конспектов уроков, с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований федеральных образовательных стандартов. Сущность и содержание подготовки учителя к уроку. Этапы подготовки учителя к уроку.

10. "Планирование физкультурного образования учащихся" *

Вопросы для обсуждения:

1. Перспективное планирование физкультурного образования учащихся.
2. Текущее планирование физкультурного образования учащихся.
3. Учебный план по физической культуре для учащихся.
4. Конспект урока по физической культуре

11. "Урок физической культуры, как основная форма физического воспитания учащихся общеобразовательных школ" *

Требования к современному уроку физической культуры. Типология, содержание и структура уроков физической культуры. Уроки с образовательно-познавательной направленностью. Уроки с образовательно-обучающей направленностью. Уроки с образовательно-тренировочной направленностью. Способы построения уроков физической культуры. Комплексные и целевые уроки. Правила безопасности при проведении занятий по физическому воспитанию с учащимися общеобразовательных школ. Приемы, способствующие

повышению интереса учащихся к уроку физической культуры. Особенности организации учащихся на уроках физической культуры при использовании методических приемов.

12. "Урок физической культуры, как основная форма физического воспитания учащихся общеобразовательных школ" *

На основании составленного поурочного рабочего плана разработка плана-конспекта урока физической культуры в школе для начальных, средних или старших классов (по выбору) по схеме:

1. ступень обучения (класс);
2. тема урока;
3. цель и общие задачи урока (образовательные, оздоровительные, воспитательные);
4. частные задачи для каждого структурного компонента урока;
5. действия учителя;
6. действия учеников;
7. дозировка;
8. методические указания

13. "Внеклассные и внешкольные формы физического воспитания учащихся общеобразовательных школ" *

Организационно-методические основы проведения мероприятий в режиме учебного дня: вводная гимнастика, физкультминутки, физкультурно-рекреативные занятия во время больших перемен. Задачи и содержание факультативных занятий по физической культуре. Основы методики внеклассных секционных занятий по общей физической и начальной спортивной подготовке в школе. Методические условия рациональной организации занятий по физической подготовке, проводимых в связи с массовыми соревнованиями, смотрами, конкурсами и другими формами воспитательной работы в школе. Основные научно-методические требования по направленному использованию факторов физической культуры в режиме повседневной жизни детей школьного возраста (в условиях семьи, по месту жительства), в дни отдыха и в каникулярное время в целях воспитания, оздоровления, организации полезного досуга. Планирование физкультурно-оздоровительных мероприятий активного отдыха.

14. "Внеклассные и внешкольные формы физического воспитания учащихся общеобразовательных школ" *

Вопросы для обсуждения:

1. Малые формы физического воспитания в режиме учебного дня
2. Внеклассные формы физического воспитания школьников: занятия в кружке подвижных игр, в группах общей физической подготовки, в спортивных секциях
3. Внешкольные формы физического воспитания учащихся: в условиях семьи, по месту жительства, в летних оздоровительных лагерях.

15. "Методические особенности физического воспитания школьников начальных, средних и старших классов "

Возрастная периодизация. Особенности возрастного развития детей школьного возраста. Конкретные задачи и методики физического воспитания школьников начальных, средних и старших классов. Особенности методики формирования универсальных учебных действий, обучения двигательным и инструктивным умениям и навыкам, развития двигательных качеств

(личностные, метапредметные и предметные результаты обучения), обусловленные программным содержанием и закономерностями возрастного развития. Методические основы проведения уроков с учащимися, имеющими отклонения в физическом развитии и состоянии здоровья.

16. "Методические особенности физического воспитания школьников начальных, средних и старших классов"

Вопросы для обсуждения:

1. Особенности методики обучения двигательным и инструктивным умениям и навыкам школьников младших, средних и старших классов.
2. Особенности методики проведения уроков физической культуры с учащимися, отнесенными к специальной медицинской группе здоровья
3. Особенности методики формирования универсальных учебных действий у школьников младших, средних и старших классов.

17. "Регулирование процесса физкультурного образования учащихся" *

Этапы обучения двигательному действию. Цель, задачи, методы, физиологические, психологические и педагогические особенности подготовительного этапа, этапа формирования умения выполнять двигательное действие по общей схеме, этап формирования двигательного навыка, этапа закрепления освоенного двигательного действия, этапа формирования умения использовать знания, двигательные и инструктивные навыки в процессе самостоятельных занятий физической культурой и спортом. Обучение двигательным действиям на основе основных опорных точек. Виды обучения: репродуктивное, объяснительно-иллюстративное, проблемное. Нормирование объема и нагрузки для развития кондиционных и координационных способностей.

18. "Регулирование процесса физкультурного образования учащихся" *

Вопросы для обсуждения:

1. Характеристика этапов обучения двигательному действию: цели, задачи, методы, средства.
2. Обучение двигательным действиям на основе основных опорных точек.
3. Отличительные особенности репродуктивного, объяснительно-иллюстративного и проблемного видов обучения

19. "Контроль и оценка успеваемости учащихся на уроках физической культуры"

Назначение и организация педагогического контроля в школе (контроль официальный, неофициальный, виды внутришкольного контроля, требования к его осуществлению). Значение и функций контрольно-оценочной деятельности учителя физической культуры на уроке, типичные недостатки. Основные понятия, используемые в процессе контрольно-оценочной деятельности: диагностика, контроль, проверка, оценивание, оценочные суждения, оценка, отметка. Критерии оценок. Свод правил объективного оценивания школьников. Система проверки успеваемости учащихся на уроках физической культуры (предварительная проверка, попутная, специально организованная). Методы оценки сформированности знаний, двигательных и инструктивных навыков и умений, видов физкультурной деятельности, развития двигательных качеств. Методика проведения педагогических наблюдений за уроками физической культуры. Анализ данных педагогического контроля, их интерпретация, выводы и оценка эффективности проведения уроков.

20. "Контроль и оценка успеваемости учащихся на уроках физической культуры"

Вопросы для обсуждения:

1. Цель и задачи контроля в технологии учебно-воспитательного процесса школьников.
2. Виды контроля в учебно-воспитательном процессе.
3. Формы организации контроля в учебно-воспитательном процессе и основные требования, предъявляемые к контролю.
4. Проверка и оценивание успеваемости на уроках физической культуры.
5. Методика анализа урока физической культуры на основе использования педагогического наблюдения, хронометрирования и пульсометрии.

21. "Технологии обучения школьников на уроках физической культуры" *

Понятие педагогической технологии. Организация сюжетно-ролевых уроков и уроков физической культуры с межпредметной связью. Технологии интегрированного обучения. Типы интеграции. Теоретический, концептуальный, проблемный и тематический уровни интеграции. Условия для интеграции учебных предметов. Формы интегрированных уроков. Требования к организации и проведению интегрированных уроков. Методика подготовки и проведение интегрированных уроков.

22. "Технологии обучения школьников на уроках физической культуры" *

Вопросы для обсуждения:

1. Содержание сюжетно-ролевых уроков физической культуры для младших школьников.
2. Содержание уроков физической культуры с межпредметной связью.
3. Организация и проведение интегрированных уроков физической культуры

23. "Дифференцированный подход в физкультурном образовании школьников" *

Содержание и организация дифференцированного физкультурного образования. Педагогический контроль в физкультурном образовании школьников при реализации технологии дифференцированного обучения. Интегральная оценка физической подготовленности школьников. Дифференцированный подход в модульном обучении. Цель модульного обучения. Характеристика модульного подхода в образовании. Компоненты учебного модуля. Последовательность действий учителя в рамках учебного модуля. Общие подходы к реализации модульных технологий. Реализация модульных технологий в физическом воспитании.

24. "Методика дифференцированного обучения двигательному действию на уроках физической культуры" *

Разработка методики дифференцированного обучения двигательному действию обучающихся начальных, средних или старших классов (по выбору).

Схема работы:

1. Определение класса
2. Определение вида двигательной деятельности
3. Выбор критериев дифференциации
4. Деление на группы
5. Выбор форм, методов, средств и методических приемов для дифференцированного обучения для каждой выделенной группы
6. Выбор критериев оценки дифференцированного обучения

25. "Физическое воспитание студенческой молодежи"

Физическое воспитание как учебный предмет в свете требований ФГОС СПО и ВПО, типовой программы физического воспитания студенческой молодежи. Задачи и основные направления физического воспитания студентов. Характеристика гигиенического, общеобразовательного, спортивного и профессионально-прикладного направлений. Общая организация и формы физического воспитания студенческой молодежи. Комплектование учебных групп и отделений для проведения занятий по физическому воспитанию. Определяющие черты методики и общего построения занятий в основном и специальном отделениях, в отделении спортивного совершенствования. Физическая культура как фактор оптимизации студенческого быта и оздоровления в каникулярное время. Самостоятельное физкультурно-спортивное движение студенчества (методические аспекты). Особенности занятий спортом, направленных к высшим достижениям в период средне-специального и вузовского образования

26. "Физическое воспитание студенческой молодежи"

Вопросы для обсуждения:

1. Задачи и основные направления физического воспитания студенческой молодежи.
2. Особенности организации, содержания и методики учебных занятий в зависимости от профиля учебного заведения.
3. Дополнительные (самостоятельные) формы физкультурного образования студентов.
4. Особенности профессионально-прикладной подготовки студентов.

27. "Физическая культура в системе рациональной организации труда основных контингентов трудящихся" *

Социально-экономическое значение состояния здоровья трудоспособного населения. Основные задачи физической культуры в жизни трудящихся. Физическая культура в системе рациональной организации труда (производственная физическая культура). Физическая культура как непосредственный фактор повышения производительности труда. Основные эффекты от применения физической культуры в системе научной организации труда. Научные основы внедрения физической культуры в организацию труда. Место и особенности применения различных форм физической культуры в системе рациональной организации труда. Методические основы проведения вводной гимнастики, физкультурных пауз и других форм физической культуры в режиме рабочего дня. Профессионально-прикладная физическая подготовка трудящихся как фактор повышения эффективности профессиональной деятельности, технологические основные обеспечения.

28. "Физическая культура в системе рациональной организации труда основных контингентов трудящихся" *

Вопросы для обсуждения:

1. Социально-экономическое значение состояния здоровья трудоспособного населения.
2. Основные задачи физической культуры в жизни трудящихся.
3. Цель, задачи и основные направления занятий физической культурой на производстве.
4. Организация занятий физической культурой в режиме труда и в режиме рабочего дня в зависимости от характера трудовой деятельности.
5. Формы профессионально-прикладной физической подготовки трудоспособного населения.

29. "Физическая культура в условиях быта основных возрастных групп трудоспособного населения" *

Применение повседневно-бытовых и рекреативно-оздоровительных форм использования факторов физической культуры в период активной трудовой деятельности. Физическая культура как фактор оптимизации домашнего быта трудящихся: направленность, основные средства, формы и методические особенности занятий. Рекреативно-оздоровительные формы использования факторов физической культуры: направленность, отличительные особенности применения. Оздоровительно-реабилитационная физическая культура трудящихся. Связи производственной и смежных форм физической культуры (требования научной организации труда как лимитирующий фактор выбора средств и применения физкультурно-спортивных нагрузок вне производства). Подходы к нормированию общей двигательной и физкультурно-спортивной активности трудящихся в быту, в режиме расширенного отдыха и восстановления; методические условия полноценной организации здорового отдыха и содержательного развлечения на загородных базах отдыха, в санаториях и профилакториях.

30. "Физическая культура в условиях быта основных возрастных групп трудоспособного населения" *

Вопросы для обсуждения:

1. Рекреативно-оздоровительная физическая культура трудящихся: направленность, основные средства, формы и методические особенности занятий
2. Оздоровительно-реабилитационная физическая культура трудящихся: направленность, основные средства, формы и методические особенности занятий
3. Организация занятий физическими упражнениями на загородных базах отдыха, в санаториях и профилакториях: задачи, формы, средства, схемы двигательных режимов (щадящий, щадяще-тренирующий, тренирующий).

31. "Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста" *

Социальные факторы, определяющие значение физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста. Проблема противодействия возрастной инволюции с использованием факторов физической культуры; научные данные о возможностях влияния на инволюционные процессы путем направленного применения ее факторов. Задачи физкультурной деятельности людей пожилого и старшего возраста. Характеристика физических упражнений, адекватных возможностям стареющего организма, принципы их выбора и нормирования нагрузок. Методические основы построения системы занятий, критерии их эффективности и контроль. Оздоровительно-гигиенические, реабилитационные и рекреативные формы использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста. Методика занятий физическими упражнениями в группах здоровья и секциях общей физической подготовки

32. "Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста" *

Вопросы для обсуждения:

1. Социальные факторы, определяющие значение физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста.
2. Понятие инволюционный период в жизни человека и проблема противодействия возрастной инволюции с использованием факторов физической культуры;
3. Задачи физкультурной деятельности людей пожилого и старшего возраста.

4. Оздоровительно-гигиенические, реабилитационные и рекреативные формы занятий физическими упражнениями с людьми пожилого и старшего возраста

33. **Консультация перед зачетом**

34. **Зачет (4 семестр)"**

Студенты сдают зачет по вопросам.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СПОРТА

1. " Общая характеристика спорта "

Основные понятия, относящиеся к спорту. Классификация видов спорта. Социальные функции спорта. Основные направления в развитии спортивного движения. Характеристика системы тренировочно-соревновательной подготовки. Спортивные достижения и тенденции их развития

2. " Общая характеристика спорта"

Вопросы для обсуждения:

1. Основные понятия, относящиеся к спорту.
2. Классификация видов спорта.
3. Социальные функции спорта.
4. Основные направления в развитии спортивного движения
5. Характеристика системы тренировочно-соревновательной подготовки.
6. Спортивные достижения и тенденции их развития

3. "Основы спортивной тренировки "

Цели и задачи спортивной тренировки. Средства спортивной тренировки. Методы спортивной тренировки. Принципы спортивной тренировки.

4. " Основы спортивной тренировки "

Вопросы для обсуждения:

7. Цели и задачи спортивной тренировки.
8. Средства спортивной тренировки.
9. Методы спортивной тренировки.
10. Принципы спортивной тренировки.

5. " Предпосылки рационального построения процесса спортивной тренировки " *

Адаптация в спортивной тренировке. Утомление и восстановление при мышечной деятельности. Нагрузка в спортивной тренировке.

6. " Предпосылки рационального построения процесса спортивной тренировки " *

Вопросы для обсуждения:

11. Адаптация в спортивной тренировке.

12. Утомление и восстановление при мышечной деятельности.
13. Нагрузка в спортивной тренировке.

7. "Система спортивных соревнований и соревновательной деятельности" *

Соревнования как основа существования спорта. Содержание и особенности соревновательной деятельности. Моделирование соревновательной деятельности. Система спортивных соревнований.

8. "Система спортивных соревнований и соревновательной деятельности" *

Вопросы для обсуждения:

14. Соревнования как основа существования спорта.
15. Содержание и особенности соревновательной деятельности.
16. Моделирование соревновательной деятельности.
17. Система спортивных соревнований.

9. "Основные стороны спортивной подготовки"

Техническая подготовка (структура и методика). Тактическая подготовка (структура и методика совершенствования). Физическая подготовка. Интегральная подготовка.

10. "Теоретические основы спорта"

Вопросы к коллоквиуму:

18. Основные понятия, относящиеся к спорту.
19. Классификация видов спорта.
20. Социальные функции спорта.
21. Основные направления в развитии спортивного движения.
22. Характеристика системы тренировочно-соревновательной подготовки.
23. Спортивные достижения и тенденции их развития
24. Цели и задачи спортивной тренировки.
25. Средства спортивной тренировки.
26. Методы спортивной тренировки.
27. Принципы спортивной тренировки.
28. Адаптация в спортивной тренировке.
29. Утомление и восстановление при мышечной деятельности.
30. Нагрузка в спортивной тренировке.
31. Соревнования как основа существования спорта.
32. Содержание и особенности соревновательной деятельности.
33. Моделирование соревновательной деятельности.
34. Система спортивных соревнований.
35. Техническая подготовка (структура и методика).
36. Тактическая подготовка (структура и методика совершенствования).
37. Физическая подготовка.
38. Интегральная подготовка.

11. "Разминка в спорте" *

Общие основы построения разминки. Структура и содержание разминки. Особенности предсоревновательной разминки.

12. "Разминка в спорте" *

Разработать содержание разминки опираясь на следующие параметры:

- 39. Вид спорта
- 40. Возраст спортсменов
- 41. Этап многолетней подготовки
- 42. Вид деятельности (тренировочная или соревновательная)

13. "Методика построения занятий и микроциклов "

Структура и содержание занятия. Направленность занятия. Нагрузка в занятии. Типы и организация занятий. Типы тренировочных микроциклов. Общие основы чередования занятий с различными по величине и направленности нагрузками. Воздействие на организм спортсменов занятий с различными по величине и направленности нагрузками. Сочетание в микроцикле занятий с различными по величине и направленности нагрузками. Структура тренировочных микроциклов в зависимости от числа занятий в течение дня.

14. "Методика построения занятий и микроциклов "

Разработать технологическую карту занятия опираясь на следующие параметры:

- 43. Тип занятия (комплексное или преимущественной направленности)
 - 44. Вид спорта
 - 45. Этап многолетней подготовки
- Разработать микроцикл опираясь на следующие параметры:

- 46. Тип микроцикла
- 47. Вид спорта
- 48. Этап многолетней подготовки

15. "Методика построения мезоциклов и макроциклов " *

Типы тренировочных мезоциклов. Сочетание микроциклов в мезоцикле. Особенности построения мезоциклов в тренировке женщин. Виды и общая структура макроциклов. Периодизация тренировки в отдельном макроцикле. Суммарный объем и соотношение работы различной направленности в течение года и макроцикла.

16. " Методика построения мезоциклов "

Разработать мезоцикл опираясь на следующие параметры:

- 49. Тип мезоцикла
- 50. Вид спорта
- 51. Период в годичном цикле подготовки

17. "Структура многолетней подготовки " *

Общая структура многолетней подготовки и факторы, ее определяющие. Тренировка на различных этапах многолетней подготовки. Основные направления интенсификации тренировочного процесса в многолетней подготовке.

18. " Методические основы спорта " *

Вопросы к коллоквиуму:

52. Структура и содержание занятия.
53. Направленность занятия.
54. Нагрузка в занятии.
55. Типы и организация занятий.
56. Типы тренировочных микроциклов.
57. Общие основы чередования занятий с различными по величине и направленности нагрузками.
58. Воздействие на организм спортсменов занятий с различными по величине и направленности нагрузками.
59. Сочетание в микроцикле занятий с различными по величине и направленности нагрузками.
60. Типы тренировочных мезоциклов.
61. Сочетание микроциклов в мезоцикле.
62. Особенности построения мезоциклов в тренировке женщин.
63. Виды и общая структура макроциклов.
64. Периодизация тренировки в отдельном макроцикле.
65. Общая структура многолетней подготовки и факторы, ее определяющие.
66. Тренировка на различных этапах многолетней подготовки.
67. Основные направления интенсификации тренировочного процесса в многолетней подготовке.

19. " Технология планирования в спорте " *

Общие положения технологии планирования в спорте. Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах. Планирование тренировочно-соревновательного процесса в годичном цикле. Оперативное планирование.

20. "Технология планирования в спорте "

Вопросы для обсуждения:

68. Общие положения технологии планирования в спорте.
69. Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах.
70. Планирование тренировочно-соревновательного процесса в годичном цикле.
71. Оперативное планирование.

21. " Комплексный контроль, учет в подготовке спортсмена. " *

Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями. Контроль за состоянием подготовленности спортсмена. Контроль за факторами внешней среды. Учет в процессе спортивной тренировки.

22. " Комплексный контроль, учет в подготовке спортсмена. " *

Вопросы для обсуждения:

- 72. Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями.
- 73. Контроль за состоянием подготовленности спортсмена.
- 74. Контроль за факторами внешней среды.
- 75. Учет в процессе спортивной тренировки.

23. "Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки" *

Общая характеристика проблем спортивного отбора. Особенности спортивного отбора на разных этапах многолетней подготовки.

24. " Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки " *

Вопросы для обсуждения:

- 76. Общая характеристика проблем спортивного отбора.
- 77. Особенности спортивного отбора на разных этапах многолетней подготовки.

25. " Моделирование в системе спортивной подготовки " *

Общие основы моделирования в спортивной подготовке. Типы и виды моделей в спорте. Модели подготовленности спортсмена. Морфофункциональные модели спортсмена. Модели отдельных частей тренировочного процесса (микро-, мезо-, макроциклов)

26. "Моделирование в системе спортивной подготовки" *

Вопросы для обсуждения:

- 78. Общие основы моделирования в спортивной подготовке.
- 79. Типы и виды моделей в спорте.

27. "Факторы и условия, повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности" *

Средства восстановления, стимуляции работоспособности и адаптационных процессов. Спортивная тренировка в горных условиях. Спортивная тренировка в условиях временной адаптации. Спортивная тренировка в условиях жаркого и холодного климата.

28. "Факторы и условия, повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности" *

Вопросы для обсуждения:

- 80. Средства восстановления, стимуляции работоспособности и адаптационных процессов.
- 81. Спортивная тренировка в горных условиях.
- 82. Спортивная тренировка в условиях временной адаптации.
- 83. Спортивная тренировка в условиях жаркого и холодного климата.

29. "Допинг в спорте: история, состояние, перспективы." *

История распространения допинга в спорте. Допинговые средства и методы. Распространение допинга в спорте. Борьба МОК с применением допинга. Деятельность Всемирного антидопингового агентства.

30. "Допинг в спорте: история, состояние, перспективы." *

Вопросы дискуссии:

84. История распространения допинга в спорте.
85. Допинговые средства и методы.
86. Распространение допинга в спорте.
87. Борьба МОК с применением допинга.
88. Деятельность Всемирного антидопингового агентства.

31. "Материально-техническое обеспечение подготовки и соревнований." *

Спортивный инвентарь и оборудование мест подготовки и соревнований . Тренажеры в системе спортивной подготовки . Диагностическая и управляющая аппаратура в системе спортивной подготовки.

32. "Управление процессом спортивной тренировки " *

Вопросы к коллоквиуму:

89. Общие положения технологии планирования в спорте.
90. Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах.
91. Планирование тренировочно-соревновательного процесса в годичном цикле.
92. Оперативное планирование.
93. Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями.
94. Контроль за состоянием подготовленности спортсмена.
95. Контроль за факторами внешней среды.
96. Учет в процессе спортивной тренировки.
97. Общая характеристика проблем спортивного отбора.
98. Особенности спортивного отбора на разных этапах многолетней подготовки.
99. Общие основы моделирования в спортивной подготовке.
100. Типы и виды моделей в спорте.
101. Дополнительные (внетренировочные и внесоревновательные) факторы в системе спортивной подготовки: состояние мест соревнований, инвентаря и оборудования, тренажеры, диагностическая и управляющая аппаратура.
102. Средства восстановления, стимуляции работоспособности и адаптационных процессов.
103. Спортивная тренировка в горных условиях.
104. Спортивная тренировка в условиях временной адаптации.
105. Спортивная тренировка в условиях жаркого и холодного климата
106. Диагностическая и управляющая аппаратура в системе спортивной подготовки.
107. История распространения допинга в спорте.
108. Допинговые средства и методы.
109. Распространение допинга в спорте.
110. Борьба МОК с применением допинга.
111. Деятельность Всемирного антидопингового агентства.

33. "Обзорная консультация по разделу"

Консультация посвящена обсуждению и повторению вопросов к экзамену, представленных в данной программе. В начале дается краткое пояснение по каждому вопросу, затем обсуждаются вопросы, задаваемые студентами по содержанию учебного курса.

34. "Теоретико-методические основы спорта " (Зачет)

Студент может получить зачет по дисциплине автоматически, если не имеет пропусков (или пропуски занятий отработаны), и имеет средний балл за дисциплину "3", "4", "5" (за все коллоквиумы). Если данные требования не соблюдены, студент может сдать зачет устно по следующим вопросам:

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ И КОНТРОЛЬ ТРЕНИРОВОЧНОГО И ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

1. "Рабочие программы по физической культуре"

Основные учебные разделы примерной программы:

"Знания о физической культуре" (информационный компонент деятельности);

"Способы двигательной (физкультурной) деятельности" (операциональный компонент деятельности);

"Физическое совершенствование" (процессуально-мотивационный компонент деятельности).

2. "Рабочие программы по физической культуре"

Основные учебные разделы примерной программы:

"Знания о физической культуре" (информационный компонент деятельности);

"Способы двигательной (физкультурной) деятельности" (операциональный компонент деятельности);

"Физическое совершенствование" (процессуально-мотивационный компонент деятельности).

3. "Пояснительная записка рабочей программы по физической культуре" *

Пояснительная записка.

Рабочая программа по физической культуре составлена на основании следующих нормативно - правовых и учебно-методических документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 06 октября 2009 года № 373

- Основной образовательной программы начального общего образования

- Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классы. Авторы:

В.И.Лях, А.А.Зданевич. Москва, Просвещение 2012 г.

- учебника для общеобразовательных учреждений «Физическая культура. 1-4 классы»

Автор В.И.Лях. Москва «Просвещение» 2011.

4. "Разработка пояснительной записки" *

Разработка пояснительной записки для рабочих программ дошкольного, школьного образования и системы дополнительного образования

5. "Общая характеристика учебного предмета "Физическая культура"" *

Общая характеристика учебного предмета, цель и образовательные задачи

6. "Общая характеристика учебного предмета "Физическая культура"" *

Общая характеристика учебного предмета, цель и образовательные задачи

7. "Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета"

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования ФГОС рабочая программа направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных, и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты.

Личностные результаты в области познавательной культуры, трудовой, эстетической, коммуникативной, в области физической культуры.

Метапредметные результаты.

Метапредметные результаты в области познавательной культуры, нравственной, трудовой, эстетической, коммуникативной и в области физической культуры.

Предметные результаты.

Предметные результаты в области познавательной культуры, нравственной, трудовой, эстетической, коммуникативной, в области физической культуры.

8. "Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета" *

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования ФГОС рабочая программа направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных, и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты.

Личностные результаты в области познавательной культуры, трудовой, эстетической, коммуникативной, в области физической культуры.

Метапредметные результаты.

Метапредметные результаты в области познавательной культуры, нравственной, трудовой, эстетической, коммуникативной и в области физической культуры.

Предметные результаты.

Предметные результаты в области познавательной культуры, нравственной, трудовой, эстетической, коммуникативной, в области физической культуры.

9. "Планируемые результаты изучения предмета" *

Планируемые результаты изучения предмета для обучающихся 5-9 классов

10. "Рабочая программа по физической культуре, 7-9 класс" *

Пояснительная записка, общая характеристика учебного предмета

11. "Рабочая программа по физической культуре, 7-9 класс" *

Место учебного предмета в учебном плане.

Результаты освоения учебного предмета.

12. "Рабочая программа по физической культуре, 7-9 класс" *

Место учебного предмета в учебном плане.
Результаты освоения учебного предмета.

13. "Рабочая программа по физической культуре, 7-9 класс" *

Содержание учебного предмета.
Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса.

14. "Рабочая программа по физической культуре, 7-9 класс" *

Содержание учебного предмета.
Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса.

15. "Рабочая программа по физической культу 10-11 класс" *

Пояснительная записка.
Общая характеристика учебного предмета.
Результаты освоения учебного предмета.

16. "Рабочая программа по физической культуре 10-11 класс" *

Пояснительная записка.
Общая характеристика учебного предмета.
Результаты освоения учебного предмета.

17. "Рабочая программа по физической культу 10-11 класс" *

Содержание учебного предмета

18. "Рабочая программа по физической культуре 10-11 класс" *

Содержание учебного предмета

19. "Система оценивания предметных результатов" *

Оценивание теоретических знаний.
Оценивание динамики развития физических качеств в зависимости от индивидуального уровня физического развития.
Оценивание учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.
Контроль и оценка планируемых результатов по физкультуре в начальной школе.
Критерии оценки успеваемости по технике владения двигательными действиями (умения и навыки).
Критерии оценки успеваемости по способам (умениям) осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.
Критерии оценки по успеваемости по основам знания.

20. "Система оценивания предметных результатов"

Оценивание теоретических знаний.

Оценивание динамики развития физических качеств в зависимости от индивидуального уровня физического развития.

Оценивание учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.

Контроль и оценка планируемых результатов по физкультуре в начальной школе.

Критерии оценки успеваемости по технике владения двигательными действиями (умения и навыки).

Критерии оценки успеваемости по способам (умениям) осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.

Критерии оценки по успеваемости по основам знания.

21. "Примерные основные образовательные программы по направлениям физическая культура и спорт" *

Содержание примерных основных образовательных программ

1. Общие положения
2. Характеристика профессиональной деятельности выпускников
3. Общая характеристика образовательных программ, реализуемых в рамках направления подготовки

22. "Примерные основные образовательные программы по направлениям физическая культура и спорт"

Содержание примерных основных образовательных программ

1. Общие положения
2. Характеристика профессиональной деятельности выпускников
3. Общая характеристика образовательных программ, реализуемых в рамках направления подготовки

23. "Примерные основные образовательные программы по направлениям физическая культура и спорт"

Содержание примерных основных образовательных программ

1. Планируемые результаты освоения образовательной программы
2. Примерная структура и содержание примерных основных образовательных программ (ПООП)
3. Примерные условия осуществления образовательной деятельности по (ПООП)

24. "Примерные основные образовательные программы по направлениям физическая культура и спорт"

Содержание примерных основных образовательных программ

1. Планируемые результаты освоения образовательной программы
2. Примерная структура и содержание примерных основных образовательных программ (ПООП)
3. Примерные условия осуществления образовательной деятельности по ПООП

25. "Примерные программы общеобразовательной учебной дисциплины "Физическая культура" для профессиональных образовательных организаций" *

1. Пояснительная записка
2. Общая характеристика учебной дисциплины "Физическая культура"
3. Место учебной дисциплины в учебном плане
4. Результаты освоения учебной дисциплины

26. "Примерные программы общеобразовательной учебной дисциплины "Физическая культура" для профессиональных образовательных организаций" *

5. Пояснительная записка
6. Общая характеристика учебной дисциплины "Физическая культура"
7. Место учебной дисциплины в учебном плане
8. Результаты освоения учебной дисциплины

27. "Примерные программы общеобразовательной учебной дисциплины "Физическая культура" для профессиональных образовательных организаций" *

9. Содержание учебной дисциплины
10. Тематическое планирование
11. Характеристика основных видов деятельности студентов
12. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы учебной дисциплины "Физическая культура"

28. "Примерные программы общеобразовательной учебной дисциплины "Физическая культура" для профессиональных образовательных организаций" *

13. Содержание учебной дисциплины
14. Тематическое планирование
15. Характеристика основных видов деятельности студентов
16. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы учебной дисциплины "Физическая культура"

29. "Общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта "

Общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта (особенности реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта):

- дополнительные общеразвивающие программы
- дополнительные предпрофессиональные программы

30. "Общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта "

Общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта (особенности реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта):

- дополнительные общеразвивающие программы

- дополнительные предпрофессиональные программы

31. "Основные принципы и структура взаимодействия образовательных программ в сфере физической культуры и спорта и программ спортивной подготовки " *

Программы в сфере физической культуры и спорта:

17. Профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта
18. Интегрированные образовательные программы в области физической культуры и спорта
19. Дополнительные общеразвивающие программы в области физической культуры и спорта
20. Дополнительные предпрофессиональные программы в области физической культуры и спорта

32. "Основные принципы и структура взаимодействия образовательных программ в сфере физической культуры и спорта и программ спортивной подготовки "

Программы в сфере физической культуры и спорта:

21. Профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта
22. Интегрированные образовательные программы в области физической культуры и спорта
23. Дополнительные общеразвивающие программы в области физической культуры и спорта
24. Дополнительные предпрофессиональные программы в области физической культуры и спорта

33. "Консультация перед экзаменом"

34. "Экзамен по дисциплине "Теория и методика физической культуры"

Экзамен студенты сдают по вопросам

5. Учебно-методическое обеспечение и планирование самостоятельной работы обучающихся

Таблица 3

№ темы	Темы	Формы СРС, включая требования к подготовке к занятиям
	3 семестр	
	Общие основы теории и методики физической культуры	
1	Содержание основных понятий теории физической культуры. Система физической культуры.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
2	Содержание основных понятия теории физической культуры. Система физической культуры.	Проработка лекций
3	Функции физической культуры. Принципы физического воспитания.	Чтение обязательной и дополнительной литературы

4	Функции физической культуры. Принципы физического воспитания.	Проработка лекций
5	Средства физкультурного образования. Методы физкультурного образования	Чтение обязательной и дополнительной литературы
6	Средства и методы физкультурного образования	Проработка лекций
7	Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса физического воспитания и спорта	Чтение обязательной и дополнительной литературы
8	Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса физического воспитания и спорта	Проработка лекций
9	Основы обучения двигательным действиям	Чтение обязательной и дополнительной литературы
10	Основы обучения двигательным действиям	Проработка лекций
11	Основы развития координационных способностей	Чтение обязательной и дополнительной литературы
12	Основы развития координационных способностей	Проработка лекций
13	Основы развития силовых способностей.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
14	Основы развития силовых способностей.	Проработка лекций
15	Основы развития скоростных и скоростно-силовых способностей	Чтение обязательной и дополнительной литературы
16	Основы развития скоростных и скоростно-силовых способностей	Проработка лекций
17	Основы развития общей и специальной выносливости.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
18	Основы развития общей и специальной выносливости	Проработка лекций
19	Основы развития гибкости	Чтение обязательной и дополнительной литературы
20	Основы развития гибкости	Проработка лекций
21	Особенности возрастного развития дошкольников, их учет в физкультурном образовании.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
22	Особенности возрастного развития дошкольников, их учет в физкультурном образовании.	Проработка лекций
23	Особенности возрастного развития школьников, их учет в физкультурном образовании.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
24	Особенности возрастного развития школьников, их учет в физкультурном образовании.	Проработка лекций

25	Особенности возрастного развития людей зрелого возраста, их учет в физкультурном образовании.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
26	Особенности возрастного развития людей зрелого возраста, их учет в физкультурном образовании.	Проработка лекций
27	Особенности возрастного развития людей пожилого возраста, их учет в физкультурном образовании.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
28	Особенности возрастного развития людей пожилого возраста, их учет в физкультурном образовании.	Проработка лекций
29	Система физического воспитания дошкольников. Средства физического воспитания.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
30	Система физического воспитания дошкольников. Средства физического воспитания.	Проработка лекций
31	Организационные формы физического воспитания дошкольников. Медико-педагогический контроль за физическим воспитанием.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
32	Организационные формы физического воспитания дошкольников. Медико-педагогический контроль за физическим воспитанием.	Проработка лекций
33		
34	Общие основы теории и методики физической культуры (3 семестр)	Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками
№ Темы	Темы	Виды СРС
	4 семестр	
	Теоретико-методические основы физкультурного образования	
1	Современное состояние физической культуры в обществе	Чтение обязательной и дополнительной литературы
2	Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей школьного возраста	Проработка лекций

3	Физическая культура учащихся как научная и учебная дисциплина	Чтение обязательной и дополнительной литературы
4	Физическая культура учащихся как научная и учебная дисциплина	Проработка лекций
5	Концептуальные подходы к физическому воспитанию школьников на современном этапе	Чтение обязательной и дополнительной литературы
6	Концептуальные подходы к физическому воспитанию школьников на современном этапе	Проработка лекций
7	Программно-нормативные основы физического воспитания школьников	Чтение обязательной и дополнительной литературы
8	Программно-нормативные основы физического воспитания школьников	Проработка лекций
9	Планирование физкультурного образования учащихся	Чтение обязательной и дополнительной литературы
10	Планирование физкультурного образования учащихся	Проработка лекций
11	Урок физической культуры, как основная форма физического воспитания учащихся общеобразовательных школ	Чтение обязательной и дополнительной литературы
12	Урок физической культуры, как основная форма физического воспитания учащихся общеобразовательных школ	Проработка лекций
13	Внеклассные и внешкольные формы физического воспитания учащихся общеобразовательных школ	Чтение обязательной и дополнительной литературы
14	Внеклассные и внешкольные формы физического воспитания учащихся общеобразовательных школ	Проработка лекций
15	Методические особенности физического воспитания школьников начальных, средних и старших классов	Чтение обязательной и дополнительной литературы
16	Методические особенности физического воспитания школьников начальных, средних и старших классов	Проработка лекций
17	Регулирование процесса физкультурного образования учащихся	Чтение обязательной и дополнительной литературы

18	Регулирование процесса физкультурного образования учащихся	Проработка лекций
19	Контроль и оценка успеваемости учащихся на уроках физической культуры	Чтение обязательной и дополнительной литературы
20	Контроль и оценка успеваемости учащихся на уроках физической культуры	Проработка лекций
21	Технологии обучения школьников на уроках физической культуры	Чтение обязательной и дополнительной литературы
22	Технологии обучения школьников на уроках физической культуры	Проработка лекций
23	Дифференцированный подход в физкультурном образовании школьников	Чтение обязательной и дополнительной литературы
24	Методика дифференцированного обучения двигательному действию на уроках физической культуры	Проработка лекций
25	Физическое воспитание студенческой молодежи	Чтение обязательной и дополнительной литературы
26	Физическое воспитание студенческой молодежи	Проработка лекций
27	Физическая культура в системе рациональной организации труда основных контингентов трудящихся	Чтение обязательной и дополнительной литературы
28	Физическая культура в системе рациональной организации труда основных контингентов трудящихся	Проработка лекций
29	Физическая культура в условиях быта основных возрастных групп трудоспособного населения	Чтение обязательной и дополнительной литературы
30	Физическая культура в условиях быта основных возрастных групп трудоспособного населения	Проработка лекций
31	Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста	Чтение обязательной и дополнительной литературы
32	Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста	Проработка лекций

33	Зачет	Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками
	5 семестр	
	Теоретико-методические основы спорта	
1	Общая характеристика спорта	Чтение обязательной и дополнительной литературы
2	Общая характеристика спорта	Проработка лекций
3	Основы спортивной тренировки	Чтение обязательной и дополнительной литературы
4	Основы спортивной тренировки	Проработка лекций
5	Предпосылки рационального построения процесса спортивной тренировки	Чтение обязательной и дополнительной литературы
6	Предпосылки рационального построения процесса спортивной тренировки	Проработка лекций
7	Система спортивных соревнований и соревновательной деятельности	Чтение обязательной и дополнительной литературы
8	Система спортивных соревнований и соревновательной деятельности	Проработка лекций
9	Основные стороны спортивной подготовки	Чтение обязательной и дополнительной литературы
10	Теоретические основы спорта	Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками
11	Разминка в спорте	Чтение обязательной и дополнительной литературы
12	Разминка в спорте	Проработка лекций
13	Методика построения занятий и микроциклов	Чтение обязательной и дополнительной литературы
14	Методика построения занятий и микроциклов	Проработка лекций
15	Методика построения мезоциклов и макроциклов	Чтение обязательной и дополнительной литературы
16	Методика построения мезоциклов	Проработка лекций
17	Структура многолетней подготовки	Чтение обязательной и дополнительной литературы
18	Методические основы спорта	Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками
19	Технология планирования в спорте	Чтение обязательной и дополнительной литературы

20	Технология планирования в спорте	Проработка лекций
21	Комплексный контроль, учет в подготовке спортсмена.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
22	Комплексный контроль, учет в подготовке спортсмена.	Проработка лекций
23	Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки	Чтение обязательной и дополнительной литературы
24	Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки	Проработка лекций
25	Моделирование в системе спортивной подготовки	Чтение обязательной и дополнительной литературы
26	Моделирование в системе спортивной подготовки	Проработка лекций
27	Факторы и условия, повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности	Чтение обязательной и дополнительной литературы
28	Факторы и условия, повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности	Проработка лекций
29	Допинг в спорте: история, состояние, перспективы.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
30	Допинг в спорте: история, состояние, перспективы.	Проработка лекций
31	Материально-техническое обеспечение подготовки и соревнований.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
32	Управление процессом спортивной тренировки	Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками
33		
34	Зачет	Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками
	6 семестр	
	Методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	
1	Рабочие программы по физической культуре	Чтение обязательной и дополнительной литературы
2	Рабочие программы по физической культуре	Проработка лекций
3	Пояснительная записка рабочей программы по физической культуре	Чтение обязательной и дополнительной литературы
4	Разработка пояснительной записки	Проработка лекций

5	Общая характеристика учебного предмета "Физическая культура"	Чтение обязательной и дополнительной литературы
6	Общая характеристика учебного предмета "Физическая культура"	Проработка лекций
7	Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета	Чтение обязательной и дополнительной литературы
8	Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета	Проработка лекций
9	Планируемые результаты изучения предмета	Чтение обязательной и дополнительной литературы
10	Рабочая программа по физической культуре, 7-9 класс	Проработка лекций
11	Рабочая программа по физической культуре, 7-9 класс	Чтение обязательной и дополнительной литературы
12	Рабочая программа по физической культуре, 7-9 класс	Проработка лекций
13	Рабочая программа по физической культуре, 7-9 класс	Чтение обязательной и дополнительной литературы
14	Рабочая программа по физической культуре, 7-9 класс	Проработка лекций
15	Рабочая программа по физической культу 10-11 класс	Чтение обязательной и дополнительной литературы
16	Рабочая программа по физической культуре 10-11 класс	Проработка лекций
17	Рабочая программа по физической культу 10-11 класс	Чтение обязательной и дополнительной литературы
18	Рабочая программа по физической культуре 10-11 класс	Проработка лекций
19	Система оценивания предметных результатов	Чтение обязательной и дополнительной литературы
20	Система оценивания предметных результатов	Проработка лекций
21	Примерные основные образовательные программы по направлениям физическая культура и спорт	Чтение обязательной и дополнительной литературы
22	Примерные основные образовательные программы по направлениям физическая культура и спорт	Проработка лекций
23	Примерные основные образовательные программы по направлениям физическая культура и спорт	Чтение обязательной и дополнительной литературы
24	Примерные основные образовательные программы по направлениям физическая культура и спорт	Проработка лекций

25	Примерные программы общеобразовательной учебной дисциплины "Физическая культура" для профессиональных образовательных организаций	Чтение обязательной и дополнительной литературы
26	Примерные программы общеобразовательной учебной дисциплины "Физическая культура" для профессиональных образовательных организаций	Проработка лекций
27	Примерные программы общеобразовательной учебной дисциплины "Физическая культура" для профессиональных образовательных организаций	Чтение обязательной и дополнительной литературы
28	Примерные программы общеобразовательной учебной дисциплины "Физическая культура" для профессиональных образовательных организаций	Проработка лекций
29	Общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта	Чтение обязательной и дополнительной литературы
30	Общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта	Проработка лекций
31	Основные принципы и структура взаимодействия образовательных программ в сфере физической культуры и спорта и программ спортивной подготовки	Чтение обязательной и дополнительной литературы
32	Основные принципы и структура взаимодействия образовательных программ в сфере физической культуры и спорта и программ спортивной подготовки	Проработка лекций
33	Консультация перед экзаменом	Самостоятельное изучение заданного материала
34	Экзамен по дисциплине "Теория и методика физической культуры"	Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками

Требования к подготовке к занятиям

Библиографический поиск. Предполагает поиск библиографической информации по теме, установление сведений об источниках, наличия источников в библиографической системе вуза

Поиск информационных источников. Предполагает поиск документов и изданий, в которых содержится информация по теме. Критерии оценки: полнота выбора источников поиска, точность поиска

Проработка лекций предполагает:

-изучить содержание лекции;

-изучить дополнительные литературные источники по теме лекции;

-расширить содержание вопросов лекции дополнительными фактами и примерами.

Критерии оценки: содержательность, соответствие теме, своевременность выполнения задания.

Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками

6. Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю)

6.1 Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

Промежуточная аттестация по дисциплине в 3, 4, 5 семестре предполагает проведение зачёта в форме собеседования, в 6 семестре – экзамена в форме собеседования.

Критерии выставления зачёта

Оценка «зачтено» выставляется студенту, который:

- прочно усвоил предусмотренный программный материал;
- правильно, аргументировано ответил на все вопросы, с приведением примеров;
- показал глубокие систематизированные знания, владеет приемами рассуждения и сопоставляет материал из разных источников: теорию связывает с практикой, другими темами данного курса, других изучаемых предметов.

2. Оценка «не зачтено» выставляется студенту, который допустил существенные ошибки при ответе на вопросы; не может ответить на дополнительные вопросы.

Критерии выставления экзаменационной оценки

«Отлично» – обучающийся глубоко и прочно усвоил весь программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок.

«Хорошо» – обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий.

Контрольные вопросы к зачету «Общие основы теории и методики физической культуры»:

1. Содержание понятий в теории физической культуры
2. Структура и функции физической культуры
3. Характеристика системы физической культуры
4. Принципы физкультурного образования
5. Средства физического воспитания
6. Методы физкультурного образования
7. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты выполнения физических упражнений.
8. Основы обучения двигательным действиям (ДД)
9. Основы обучения двигательным действиям: Этапы обучения ДД
10. Основы развития координационных способностей
11. Основы развития гибкости
12. Основы развития скоростных способностей
13. Основы развития силовых способностей
14. Основы развития выносливости
15. Основы развития скоростно-силовых способностей
16. Основы развития специальной выносливости
17. Половозрастные особенности дошкольников, их учет в физическом воспитании
18. Половозрастные особенности младших школьников, их учет в физическом воспитании

19. Половозрастные особенности подростков, их учет в физическом воспитании
 20. Половозрастные особенности старших школьников, их учет в физическом воспитании
 21. Половозрастные особенности людей зрелого возраста, их учет в физическом воспитании
 22. Половозрастные особенности людей пожилого возраста, их учет в процессе занятий физическими упражнениями
 23. Цель, задачи, значение физического воспитания детей дошкольного возраста
 24. Средства физического воспитания детей дошкольного возраста
 25. Формы организации физического воспитания в детском саду
 26. Медико-педагогический контроль за физическим воспитанием в детском саду
- На консультации перед зачетом студенты получают примерную структуру ответа на каждый вопрос всех модулей.

Контрольные вопросы к зачету «Теоретико-методические основы физкультурного образования»:

1. Социально-педагогическое значение физического воспитания в системе физической культуры.
2. Комплексный подход к решению задач физического воспитания подрастающего поколения.
3. Характеристика объекта и предмета теории физической культуры.
4. Физическая культура учащихся как учебная дисциплина: цель обучения, образовательно-инструктивные, оздоровительно-рекреационные и воспитательно-развивающие задачи предмета «Физическая культура».
5. Характеристика основных отечественных концепций физического воспитания школьников
6. Характеристика ФГОС начального, основного общего и среднего (полного) общего образования.
7. Требования к личностным, метапредметным и предметным результатам освоения основной образовательной программы начального, основного общего и среднего (полного) общего образования.
8. Цель, задачи и направленность физического воспитания в начальных классах общеобразовательной школы.
9. Цель, задачи и направленность физического воспитания в средних классах общеобразовательной школы.
10. Цель, задачи и направленность физического воспитания в старших классах общеобразовательной школы.
11. Содержание и структура урока по предмету «Физическая культура»: определение понятий, характеристика частей, элементов и компонентов.
12. Перспективное планирование физкультурного образования учащихся.
13. Текущее планирование физкультурного образования учащихся.
14. Учебный план по физической культуре для учащихся.
15. Конспект урока по физической культуре
16. Типы и виды уроков физической культуры в общеобразовательной школе
17. Методические приемы, способствующие повышению интереса учащихся к уроку физической культуры
18. Единство задач обучения при проведении уроков по физическому воспитанию в школе.
19. Подбор средств в зависимости от этапов обучения (решение образовательных задач).
20. Решение оздоровительных (развивающих) задач на уроках физической культуры и их взаимосвязь с образовательными задачами.
21. Решение воспитательной задачи на уроках физической культуры в школе.
22. Формы организации учащихся при проведении уроков по физической культуре.

23. Формирование инструктивных умений и навыков для самостоятельных занятий физическими упражнениями.
24. Малые формы физического воспитания в режиме учебного дня.
25. Внеклассные формы физического воспитания школьников: занятия в кружке подвижных игр, в группах общей физической подготовки, в спортивных секциях.
26. Внешкольные формы физического воспитания учащихся: в условиях семьи, по месту жительства, в летних оздоровительных лагерях.
27. Цель и задачи контроля в технологии учебно-воспитательного процесса школьников.
28. Виды контроля в учебно-воспитательном процессе.
29. Формы организации контроля в учебно-воспитательном процессе и основные требования, предъявляемые к контролю.
30. Проверка и оценивание успеваемости на уроках физической культуры.
31. Методика анализа урока физической культуры на основе использования педагогического наблюдения, хронометрирования и пульсометрии.
32. Технологии интегрированного обучения на уроках физической культуры.
33. Использование дифференцированного подхода в физическом воспитании школьников.
34. Задачи и основные направления физического воспитания студенческой молодежи.
35. Особенности организации, содержания и методики учебных занятий в зависимости от профиля учебного заведения.
36. Дополнительные (самостоятельные) формы физкультурного образования студентов.
37. Социально-экономическое значение состояния здоровья трудоспособного населения.
38. Основные задачи физической культуры в жизни трудящихся.
39. Цель, задачи и основные направления занятий физической культурой на производстве.
40. Организация занятий физической культурой в режиме труда и в режиме рабочего дня в зависимости от характера трудовой деятельности.
41. Формы профессионально-прикладной физической подготовки.
42. Рекреативно-оздоровительная физическая культура трудящихся: направленность, основные средства, формы и методические особенности занятий.
43. Оздоровительно-реабилитационная физическая культура трудящихся: направленность, основные средства, формы и методические особенности занятий.
44. Социальные факторы, определяющие значение физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста.
45. Понятие инволюционный период в жизни человека и проблема противодействия возрастной инволюции с использованием факторов физической культуры.
46. Задачи физкультурной деятельности людей пожилого и старшего возраста.
47. Оздоровительно-гигиенические, реабилитационные и рекреативные формы занятий физическими упражнениями с людьми пожилого и старшего возраста
48. Организационно-методические основы занятий физическими упражнениями с людьми пожилого и старшего возраста

Контрольные вопросы к зачету «Теоретико-методические основы спорта»:

1. Основные понятия, относящиеся к спорту.
2. Классификация видов спорта.
3. Социальные функции спорта.
4. Основные направления в развитии спортивного движения.
5. Характеристика системы тренировочно-соревновательной подготовки.
6. Спортивные достижения и тенденции их развития
7. Цели и задачи спортивной тренировки.
8. Средства спортивной тренировки.
9. Методы спортивной тренировки.
10. Принципы спортивной тренировки.
11. Адаптация в спортивной тренировке.

12. Утомление и восстановление при мышечной деятельности.
13. Нагрузка в спортивной тренировке.
14. Соревнования как основа существования спорта.
15. Содержание и особенности соревновательной деятельности.
16. Моделирование соревновательной деятельности.
17. Система спортивных соревнований.
18. Техническая подготовка (структура и методика).
19. Тактическая подготовка (структура и методика совершенствования).
20. Физическая подготовка.
21. Интегральная подготовка.
22. Структура и содержание занятия.
23. Направленность занятия.
24. Нагрузка в занятии.
25. Типы и организация занятий.
26. Типы тренировочных микроциклов.
27. Общие основы чередования занятий с различными по величине и направленности нагрузками.
28. Воздействие на организм спортсменов занятий с различными по величине и направленности нагрузками.
29. Сочетание в микроцикле занятий с различными по величине и направленности нагрузками.
30. Типы тренировочных мезоциклов.
31. Сочетание микроциклов в мезоцикле.
32. Особенности построения мезоциклов в тренировке женщин.
33. Виды и общая структура макроциклов.
34. Периодизация тренировки в отдельном макроцикле.
35. Общая структура многолетней подготовки и факторы, ее определяющие.
36. Тренировка на различных этапах многолетней подготовки.
37. Основные направления интенсификации тренировочного процесса в многолетней подготовке.
38. Общие положения технологии планирования в спорте.
39. Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах.
40. Планирование тренировочно-соревновательного процесса в годичном цикле.
41. Оперативное планирование.
42. Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями.
43. Контроль за состоянием подготовленности спортсмена.
44. Контроль за факторами внешней среды.
45. Учет в процессе спортивной тренировки.
46. Общая характеристика проблем спортивного отбора.
47. Особенности спортивного отбора на разных этапах многолетней подготовки.
48. Общие основы моделирования в спортивной подготовке.
49. Типы и виды моделей в спорте.
50. Дополнительные (внетренировочные и внесоревновательные) факторы в системе спортивной подготовки: состояние мест соревнований, инвентаря и оборудования, тренажеры, диагностическая и управляющая аппаратура.
51. Средства восстановления, стимуляции работоспособности и адаптационных процессов.
52. Спортивная тренировка в горных условиях.
53. Спортивная тренировка в условиях временной адаптации.
54. Спортивная тренировка в условиях жаркого и холодного климата
55. Диагностическая и управляющая аппаратура в системе спортивной подготовки.
56. История распространения допинга в спорте.
57. Допинговые средства и методы.
58. Распространение допинга в спорте.

59. Борьба МОК с применением допинга.

60. Деятельность Всемирного антидопингового агентства.

Вопросы к экзамену по дисциплине "Теория и методика физической культуры":

1. Пояснительная записка рабочей программы по физической культуре.
2. Основные учебные разделы примерной программы по физической культуре.
3. Общая характеристика учебного предмета, цель и образовательные задачи.
4. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета.
5. Планируемые результаты изучения предмета «Физическая культура».
6. Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане.
7. Результаты освоения учебного предмета «Физическая культура».
8. Содержание учебного предмета «Физическая культура».
9. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса по физической культуре.
10. Система оценивания предметных результатов по физической культуре.
11. Оценивание теоретических знаний по физической культуре.
12. Оценивание динамики развития физических качеств в зависимости от индивидуального уровня физического развития.
13. Оценивание учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.
14. Контроль и оценка планируемых результатов по физической культуре в начальной школе.
15. Критерии оценки успеваемости по технике владения двигательными действиями (умения и навыки).
16. Критерии оценки успеваемости по способам (умениям) осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.
17. Критерии оценки по успеваемости по основам знания.
18. Примерные основные образовательные программы по направлениям физическая культура и спорт.
19. Содержание примерных основных образовательных программ. Общие положения.
20. Характеристика профессиональной деятельности выпускников.
21. Общая характеристика образовательных программ, реализуемых в рамках направления подготовки.
22. Примерные основные образовательные программы по направлениям физическая культура и спорт.
23. Планируемые результаты освоения образовательной программы.
24. Примерная структура и содержание примерных основных образовательных программ.
25. Условия осуществления образовательной деятельности по примерным основным образовательным программам.
26. Пояснительная записка примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций.
27. Общая характеристика учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций.
28. Место учебной дисциплины «Физическая культура» в учебном плане для профессиональных образовательных организаций.
29. Результаты освоения учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций.
30. Содержание учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций.
31. Тематическое планирование учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций.

32. Характеристика основных видов деятельности студентов учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций.

33. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций.

34. Общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта (особенности реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта).

35. Дополнительные общеразвивающие программы в области физической культуры и спорта.

36. Дополнительные предпрофессиональные программы в области физической культуры и спорта.

37. Основные принципы и структура взаимодействия образовательных программ в сфере физической культуры и спорта и программ спортивной подготовки.

38. Профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта.

39. Интегрированные образовательные программы в области физической культуры и спорта.

40. Дополнительные общеразвивающие программы в области физической культуры и спорта.

41. Дополнительные предпрофессиональные программы в области физической культуры и спорта.

Примерные темы курсовых работ:

Показатели развития.....

- Выносливости (общей или специальной)
- Скоростных способностей (общей или специальной)
- Скоростно-силовых способностей (общей или специальной)
- Силовых способностей (общей или специальной)
- Гибкости (общей или специальной)
- Дифференцировочной способности
- Реагирующей способности
- Равновесия
- Ритмической способности
- Способности к переключению движений
- Пространственно-ориентировочной способности

У мальчиков или девочек.....

Возраста (вид спорта или физическое воспитание в школе), занимающихся.....

6.2 Критерии оценивания компетенций:

Таблица 4

Карта критериев оценивания компетенций

№ п/п	Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения	Оценочные материалы	Критерии оценивания
----------	--------------------------------------	---	------------------------	---------------------

1	<p>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</p>	<p>Знает положения теории физической культуры, определяющих методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся.</p> <p>Знает специфику планирования его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования.</p> <p>Знает целевые результаты и параметры применяемых нагрузок.</p> <p>Знает методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования.</p> <p>Знает основные и дополнительные формы занятий физическими упражнениями.</p> <p>Знает документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на различных стадиях и этапах.</p> <p>Знает организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования.</p> <p>Знает организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту.</p>	<p>Контрольные вопросы по темам</p>	<p>Полнота изложения материала.</p> <p>Последовательность изложения.</p> <p>Владение речью и терминологией.</p> <p>Умение иллюстрировать материал конкретными примерами.</p> <p>Умение делать обобщение, выводы, сравнение.</p> <p>Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов.</p> <p>Лаконичность изложения.</p>
		<p>Умеет планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой.</p>	<p>Ситуационные задания</p>	<p>– соответствие выполненного задания поставленным задачам;</p> <p>– соответствие</p>

		<p>Умеет формулировать цели и различные задачи учебно-воспитательного занятия физическими упражнениями и организовывать их решение с использованием средств и методов, соответствующих возрастным и индивидуальным особенностям обучающихся и занимающихся.</p> <p>Умеет 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 дня и вне учебного времени.</p> <p>Умеет определять формы, методы и средства оценивания процесса деятельности занимающихся при освоении образовательных программ начального, основного общего и среднего общего (полного) образования.</p>		<p>требованиям к объёму и полноте выполненного задания;</p> <p>уровень владения материалом задания при ответах на вопросы</p>
2	ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	<p>Знает особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса.</p> <p>Знает педагогические критерии спортивной ориентации и отбора.</p> <p>Знает особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов.</p>	Контрольные вопросы по темам	<p>Полнота изложения материала.</p> <p>Последовательность изложения.</p> <p>Владение речью и терминологией.</p> <p>Умение иллюстрировать материал конкретными примерами.</p> <p>Умение делать обобщение, выводы, сравнение.</p> <p>Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов.</p> <p>Лаконичность изложения.</p>

		Умеет использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом.	Ситуационные задания	– соответствие выполненного задания поставленным задачам; – соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания; уровень владения материалом задания при ответах на вопросы
3	ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	Знает основные слагаемые педагогического контроля, методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации полученных данных, их фиксации. Знает систему оценивания обучающихся в процессе освоения основных и дополнительных образовательных программ по физической культуре и спорту. Знает нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО.	Контрольные вопросы по темам	Полнота изложения материала. Последовательность изложения. Владение речью и терминологией. Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. Умение делать обобщение, выводы, сравнение. Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов. Лаконичность изложения.
		Умеет подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической и технической подготовленности обучающихся и занимающихся. Умеет подобрать критерии оценки личностных, предметных и метапредметных результатов освоения ООП. Умеет планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при освоении	Ситуационные задания	– соответствие выполненного задания поставленным задачам; – соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания; уровень владения материалом задания при ответах на вопросы

		основных и дополнительных программ по физической культуре и спорту в системе общего и профессионального образования. Умеет оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля.		
4	ОПК-11. Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности	Знает источники получения информации, направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта. Знает методы оценки результатов учебно-воспитательного процесса, методы и организацию комплексного контроля в физическом воспитании и спортивной подготовке.	Контрольные вопросы по темам	Полнота изложения материала. Последовательность изложения. Владение речью и терминологией. Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. Умение делать обобщение, выводы, сравнение. Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов. Лаконичность изложения.
		Умеет собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле и методическом обеспечении образовательных и тренировочных процессов. Умеет анализировать и оценивать эффективность учебно-воспитательной и физкультурно-оздоровительной деятельности.	Ситуационные задания	– соответствие выполненного задания поставленным задачам; – соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания; уровень владения материалом задания при ответах на вопросы
5	ОПК-14. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и	Знает систему организации учебного и тренировочного процесса по физической культуре. Знает порядок разработки	Контрольные вопросы по темам	Полнота изложения материала. Последовательность изложения. Владение речью и

	образовательного процесса	<p>учебно-программной документации по образовательному и тренировочному процессам по физической культуре и спорту.</p> <p>Знает содержание методического обеспечения образовательного и тренировочного процессов в области физической культуры и спорта.</p> <p>Знает основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации.</p> <p>Знает показатели, характеризующие эффективность проведения тренировочного и образовательного процессов.</p> <p>Знает особенности оценивания результатов тренировочного и образовательного процессов.</p>		<p>терминологией.</p> <p>Умение иллюстрировать материал конкретными примерами.</p> <p>Умение делать обобщение, выводы, сравнение.</p> <p>Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов.</p> <p>Лаконичность изложения.</p>
		<p>Умеет изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта.</p> <p>Умеет определять и планировать содержание методического обеспечения в образовательном и тренировочном процессе по физической культуре и спорту.</p> <p>Умеет осуществлять контроль за соответствием содержания занятий поставленным целям и задачам в образовательном и тренировочном процессе по физической культуре и спорту.</p>	Ситуационные задания	<p>– соответствие выполненного задания поставленным задачам;</p> <p>– соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания;</p> <p>уровень владения материалом задания при ответах на вопросы</p>
6	ПК-1. Способен разрабатывать и реализовывать образовательные	Знает положения теории физической культуры, определяющих методику проведения занятий в сфере	Контрольные вопросы по темам	Полнота изложения материала. Последовательность изложения.

программы начального, основного, среднего общего образования, дополнительного образования детей в области физической культуры и спорта	физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся. Знает специфику планирования, 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.		Владение речью и терминологией. Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. Умение делать обобщение, выводы, сравнение. Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов. Лаконичность изложения.
	Умеет планировать тренировочный процесс на разных стадиях и этапах, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта.	Ситуационные задания	– соответствие выполненного задания поставленным задачам; – соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания; уровень владения материалом задания при ответах на вопросы

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

7.1 Основная литература:

1. Теория и методика физической культуры: учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2019. — 160 с. — ISBN 2227-8397. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/95431.html> (дата обращения: 25.05.2020). — Режим доступа: по подписке.

7.2 Дополнительная литература:

1. Бабушкин, Г. Д. Общая теория спорта: современные концепции подготовки спортсменов: учебник / Г. Д. Бабушкин. — Саратов: Вузовское образование, 2020. — 294 с. — ISBN 978-5-4487-0679-0. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/91118.html> (дата обращения: 25.05.2020). — Режим доступа: по подписке.

2. Платонов, В. Н. Двигательные качество и физическая подготовка спортсмена : монография / В. Н. Платонов. — Москва : Спорт-Человек, 2019. — 656 с. — ISBN 978-5-9500183-3-6. — Текст :

электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/114613> (дата обращения: 25.05.2020). — Режим доступа: по подписке.

7.3 Интернет-ресурсы:

1. Научный портал "ТЕОРИЯ.РУ". - <http://teoriya.ru/>
2. Спортивный психолог <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>

7.4 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Clarivate Analytics – Web of Science Core Collection. Поставщик контента: ФГБУ «Государственная публичная научно-техническая библиотека России». https://apps.webofknowledge.com/WOSGeneralSearch_input.do?product=WOS&search_mode=GeneralSearch&SID=C2ivzMxspGLnBiQvQWN&preferencesSaved=
2. Межвузовская электронная библиотека (МЭБ) <https://icdlib.nspu.ru/>
3. Национальная электронная библиотека <https://rusneb.ru/>
4. Научная электронная библиотека <https://www.elibrary.ru/>

8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю)

- Лицензионное ПО, в том числе отечественного производства:
платформа для электронного обучения Microsoft Teams, Microsoft Office 365, Пакет Adobe Creative Cloud: Photoshop, Illustrator, InDesign, Premiere, After Effects, Acrobat Pro и пр.
- Свободно распространяемое ПО, в том числе отечественного производства: не используется

9. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Для проведения лекционных и семинарских занятий необходима аудитория, укомплектованная учебной мебелью (парты, стулья); оснащённая, техническими средствами обучения (компьютер, мультимедийное оборудование) и доской (грифельная или мультимедийная).

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Институт физической культуры

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

 /Е.А. Симонова/

01 июня 2020

Теория и методика физической культуры
Рабочая программа
для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура,
профиль: «Физическая культура и спорт»
формы обучения: очная и заочная

Завьялова Т.П., Черкасов В.В., Макаридин Д. Н., Богданова В.А. Теория и методика физической культуры. Рабочая программа для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль: «Физическая культура и спорт», формы обучения: очная и заочная. Тюмень, 2020.

Рабочая программа дисциплины (модуля) опубликована на сайте ТюмГУ: Теория и методика физической культуры [электронный ресурс] / Режим доступа: <https://www.utmn.ru/sveden/education/#>.

1. Пояснительная записка

Рабочая программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования подготовки бакалавра по направлению – Физическая культура

Цель дисциплины – повышение уровня профессиональной подготовки бакалавров для решения профессиональных задач в области физического совершенствования человека. Задачи дисциплины:

-сформировать систему знаний о сущности управления процессом физкультурного образования на основе учета особенностей возрастного развития различных групп населения;

-усвоить знания и сформировать педагогические умения в области физического воспитания детей дошкольного возраста, создать представление о мастерстве педагога, осуществляющего процесс физического воспитания детей дошкольного возраста;

-познакомить с современными подходами и технологиями физического воспитания дошкольников, школьников;

-сформировать систему знаний о сущности управления спортивной тренировкой.

Краткое содержание дисциплины:

Дисциплина «Теория физической культуры и спорта» относится к базовой части профессионального цикла. Для изучения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные студентами при изучении таких дисциплин как: педагогика и психология, педагогика физической культуры, анатомия, физиология, биохимия, биомеханика. Знания, полученные при изучении дисциплины «Теория физической культуры и спорта», используются в учебной практике, научно-исследовательской работе студентов, а также дисциплинах профессионального цикла.

1.1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Данная дисциплина (модуль) входит в блок Б1 Дисциплины (модули), дисциплины обязательной части.

1.2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины (модуля)

Код и наименование компетенции (из ФГОС ВО)	Планируемые результаты обучения: (знаниевые/функциональные)
ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учётом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	Знает положения теории физической культуры, определяющих методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся
	Знает специфику планирования его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования
	Знает целевые результаты и параметры применяемых нагрузок
	Знает методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования
	Знает основные и дополнительные формы занятий физическими упражнениями
	Знает документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на различных стадиях и этапах
	Знает организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования
	Знает организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту

		Умеет планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой
		Умеет формулировать цели и различные задачи учебно-воспитательного занятия физическими упражнениями и организовывать их решение с использованием средств и методов, соответствующих возрастным и индивидуальным особенностям обучающихся и занимающихся
		Умеет 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 дня и вне учебного времени
		Умеет определять формы, методы и средства оценивания процесса деятельности занимающихся при освоении образовательных программ начального, основного общего и среднего общего (полного) образования
ОПК-2	Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	Знает особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса
		Знает педагогические критерии спортивной ориентации и отбора
		Знает особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов
		Умеет использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом
ОПК-9	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	Знает основные слагаемые педагогического контроля, методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации полученных данных, их фиксации
		Знает систему оценивания обучающихся в процессе освоения основных и дополнительных образовательных программ по физической культуре и спорту
		Знает нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО
		Умеет подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической и технической подготовленности обучающихся и занимающихся
		Умеет подобрать критерии оценки личностных, предметных и метапредметных результатов освоения ООП
		Умеет планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при освоении основных и дополнительных программ по физической культуре и спорту в системе общего и профессионального образования
		Умеет оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля
ОПК-11	способен проводить исследования по определению эффективности	Знает источники получения информации, направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта

используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности	Знает методы оценки результатов учебно-воспитательного процесса, методы и организацию комплексного контроля в физическом воспитании и спортивной подготовке
	Умеет собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле и методическом обеспечении образовательных и тренировочных процессов
	Умеет анализировать и оценивать эффективность учебно-воспитательной и физкультурно-оздоровительной деятельности
ОПК-14 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	Знает систему организации учебного и тренировочного процесса по физической культуре
	Знает порядок разработки учебно-программной документации по образовательному и тренировочному процессам по физической культуре и спорту.
	Знает содержание методического обеспечения образовательного и тренировочного процессов в области физической культуры и спорта
	Знает основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации
	Знает показатели, характеризующие эффективность проведения тренировочного и образовательного процессов
	Знает особенности оценивания результатов тренировочного и образовательного процессов
	Умеет изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта
	Умеет определять и планировать содержание методического обеспечения в образовательном и тренировочном процессе по физической культуре и спорту
	Умеет осуществлять контроль за соответствием содержания занятий поставленным целям и задачам в образовательном и тренировочном процессе по физической культуре и спорту
	ПК-1 Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы начального, основного, среднего общего образования, дополнительного образования детей в области физической культуры и спорта
Знает специфику планирования, 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.	
Умеет планировать тренировочный процесс на разных стадиях и этапах, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта.	

2. Структура и объем дисциплины

Таблица 1

Вид учебной работы		Всего часов	Часов в семестре			
			3	4	5	6
Общая трудоемкость	зач. ед.	16	4	4	4	4
	час	576	144	144	144	144
Из них:						
Часы аудиторной работы (всего):		256	64	64	64	64
Лекции		128	32	32	32	32
Практические занятия		128	32	32	32	32
Лабораторные / практические занятия по подгруппам		0	0	0	0	0
Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося		320	80	80	80	80
Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен)			Зачет	Зачет	Зачет	Экзамен

Таблица 1.1.

Заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Часов в семестре			
			3	4	5	6
Общая трудоемкость	зач. ед.	16	4	4	4	4
	час	576	144	144	144	144
Из них:						
Часы аудиторной работы (всего):		96	40	16	20	20
Лекции		44	20	8	8	8
Практические занятия		52	20	8	12	12
Лабораторные / практические занятия по подгруппам		0	0	0	0	0
Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося		480	104	128	124	124
Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен)			Зачет	Зачет	Зачет	Экзамен

3. Система оценивания

3.1. При проведении текущего контроля используются: собеседование, ситуационные задания.

Собеседование – средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу (модулю).

Ситуационное задание – задание, выполняемое студентами по результатам пройденной теории, включающие в себя применение данных теоретических знаний на практике.

Критерии оценки:

- соответствие выполненного задания поставленным задачам;
- соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания;
- уровень владения материалом задания при ответах на вопросы.

Варианты ситуационных заданий:

1. Анализ научных источников по теме, предложенной преподавателем.
2. Самодиагностика (по предложенным преподавателем методикам) и составление заключений.
3. Самостоятельный подбор диагностических методик для различных возрастных категорий.
4. Проведение анализа конспектов урока физической культуры с целью оценки соответствия содержания конспекта возрастным особенностям обучающихся.
5. Подбор игровых упражнений для развития учащихся разного возраста.
6. Разработка практических рекомендаций по развитию различных аспектов подготовки в процессе физического воспитания.
7. Составление плана занятия по физическому воспитанию с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей обучающихся

Студенты, успешно освоившие учебный материал дисциплины, и получившие по итогам текущего контроля (трёх собеседований) положительные оценки (3, 4, 5), получают зачёт (в 3 семестре) или оценку за экзамен, соответствующую итоговому среднему баллу (в четвёртом семестре). При условии, что у них отсутствуют пропуски занятий без уважительных причин.

Студенты, имеющие пропуски занятий без уважительных причин и не прошедшие все три собеседования, сдают зачёт или экзамен в форме собеседования по контрольным вопросам учебной дисциплины.

4. Содержание дисциплины

4.1. Тематический план дисциплины

Таблица 2

Очная форма обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (академические часы)			Иные виды контактной работы
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные / практические занятия	
1	2	3	4	5	6	7
	3 семестр					
	Общие основы теории и методики физической культуры					
1.	Содержание основных понятий теории физической культуры. Система физической культуры.	10	2	2	0	
2.	Функции физической культуры. Принципы физического воспитания.	10	2	2	0	

3.	Средства физкультурного образования. Методы физкультурного образования	8	2	2	0	
4.	Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса физического воспитания и спорта	12	2	2	0	
5.	Основы обучения двигательным действиям	8	2	2	0	
6.	Основы развития координационных способностей	8	2	2	0	
7.	Основы развития силовых способностей.	12	2	2	0	
8.	Основы развития скоростных и скоростно-силовых способностей	8	2	2	0	
9.	Основы развития общей и специальной выносливости.	8	2	2	0	
10.	Основы развития гибкости	8	2	2	0	
11.	Особенности возрастного развития дошкольников, их учет в физкультурном образовании.	8	2	2	0	
12.	Особенности возрастного развития школьников, их учет в физкультурном образовании.	10	2	2	0	
13.	Особенности возрастного развития людей зрелого возраста, их учет в физкультурном образовании.	8	2	2	0	
14.	Особенности возрастного развития людей пожилого возраста, их учет в физкультурном образовании.	10	2	2	0	
15.	Система физического воспитания дошкольников. Средства физического воспитания.	8	2	2	0	
16.	Организационные формы физического воспитания дошкольников. Медико-педагогический контроль за физическим воспитанием.	6	2	2	0	
	Зачет	2	0	0	0	2
	итого	144	32	32		
	4 семестр					
17.	Теоретико-методические основы физкультурного образования					
18.	Современное состояние физической культуры в обществе	6	2	0	0	
19.	Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей школьного возраста	6	0	2	0	
20.	Физическая культура учащихся как научная и учебная дисциплина	12	2	2	0	
21.	Концептуальные подходы к физическому воспитанию школьников на современном этапе	12	2	2	0	
22.	Программно-нормативные основы физического воспитания школьников	12	2	2	0	

23.	Планирование физкультурного образования учащихся	8	2	2	0	
24.	Урок физической культуры, как основная форма физического воспитания учащихся общеобразовательных школ	8	2	2	0	
25.	Внеклассные и внешкольные формы физического воспитания учащихся общеобразовательных школ	8	2	2	0	
26.	Методические особенности физического воспитания школьников начальных, средних и старших классов	8	2	2	0	
27.	Регулирование процесса физкультурного образования учащихся	8	2	2	0	
28.	Контроль и оценка успеваемости учащихся на уроках физической культуры	8	2	2	0	
29.	Технологии обучения школьников на уроках физической культуры	8	2	2	0	
30.	Дифференцированный подход в физкультурном образовании школьников	4	2	0	0	
31.	Методика дифференцированного обучения двигательному действию на уроках физической культуры	4	0	2	0	
32.	Физическое воспитание студенческой молодежи	8	2	2	0	
33.	Физическая культура в системе рациональной организации труда основных контингентов трудящихся	8	2	2	0	
34.	Физическая культура в условиях быта основных возрастных групп трудоспособного населения	8	2	2	0	
35.	Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста	6	2	2	0	
	Зачет	2	0	0	0	2
	итого	144	32	32		
5 семестр						
Теоретико-методические основы спорта						
36.	Общая характеристика спорта	6	2	2	0	
37.	Основы спортивной тренировки	6	2	2	0	
38.	Предпосылки рационального построения процесса спортивной тренировки	8	2	2	0	
39.	Система спортивных соревнований и соревновательной деятельности	6	2	2	0	
40.	Основные стороны спортивной подготовки	8	2	0	0	
41.	Теоретические основы спорта	8	0	2	0	
42.	Разминка в спорте	8	2	2	0	
43.	Методика построения занятий и микроциклов	8	2	0	0	
44.	Методика построения мезоциклов	8	2	2	0	
45.	Структура многолетней подготовки	6	2	2	0	
46.	Методические основы спорта	8	2	2	0	

47.	Технология планирования в спорте	8	2	2	0	
48.	Комплексный контроль, учет в подготовке спортсмена.	8	0	2	0	
49.	Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки	8	2	0	0	
50.	Моделирование в системе спортивной подготовки	8	2	2	0	
51.	Факторы и условия, повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности	8	2	2	0	
52.	Допинг в спорте: история, состояние, перспективы.	8	0	2	0	
53.	Материально-техническое обеспечение подготовки и соревнований.	8	2	2	0	
54.	Управление процессом спортивной тренировки	6	2	2	0	
	Зачет	2	0	0	0	2
	итого	144	32	32		
6 семестр						
	Методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса					
55.	Рабочие программы по физической культуре	12	2	4	0	
56.	Пояснительная записка рабочей программы по физической культуре	12	2	4	0	
57.	Разработка пояснительной записки	12	2	2	0	
58.	Общая характеристика учебного предмета "Физическая культура"	12	4	2	0	
59.	Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета	12	4	2	0	
60.	Планируемые результаты изучения предмета	12	2	2	0	
61.	Рабочая программа по физической культуре 10-11 класс	12	4	2	0	
62.	Система оценивания предметных результатов	12	2	2	0	
63.	Примерные основные образовательные программы по направлениям физическая культура и спорт	12	4	2	0	
64.	Примерные программы общеобразовательной учебной дисциплины "Физическая культура" для профессиональных образовательных организаций	12	2	4	0	
65.	Общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта	10	2	2	0	
66.	Основные принципы и структура взаимодействия образовательных программ	10	2	4	0	

	в сфере физической культуры и спорта и программ спортивной подготовки					
	Консультация	2	0	0	0	2
	Экзамен	2	0	0	0	2
	итого	144	32	32		
	Итого (часов)	576	128	128		

Таблица 2.1.

Заочная форма обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (академические часы)			Иные виды контактной работы
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные / практические занятия	
1	2	3	4	5	6	7
	3 семестр					
	Общие основы теории и методики физической культуры					
1.	Содержание основных понятий теории физической культуры. Система физической культуры.	10	2	2	0	
2.	Функции физической культуры. Принципы физического воспитания.	10	2	2	0	
3.	Средства физкультурного образования. Методы физкультурного образования	8	2	2	0	
4.	Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса физического воспитания и спорта	12	2	2	0	
5.	Основы обучения двигательным действиям	8	1	1	0	
6.	Основы развития координационных способностей	8	1	1	0	
7.	Основы развития силовых способностей.	12	1	1	0	
8.	Основы развития скоростных и скоростно-силовых способностей	8	1	1	0	
9.	Основы развития общей и специальной выносливости.	8	1	1	0	
10.	Основы развития гибкости	8	1	1	0	

11.	Особенности возрастного развития дошкольников, их учет в физкультурном образовании.	8	1	1	0	
12.	Особенности возрастного развития школьников, их учет в физкультурном образовании.	10	1	1	0	
13.	Особенности возрастного развития людей зрелого возраста, их учет в физкультурном образовании.	8	1	1	0	
14.	Особенности возрастного развития людей пожилого возраста, их учет в физкультурном образовании.	8	1	1	0	
15.	Система физического воспитания дошкольников. Средства физического воспитания.	8	1	1	0	
16.	Организационные формы физическое воспитание дошкольников. Медико-педагогический контроль за физическим воспитанием.	8	1	1	0	
	Зачет	2	0	0	0	2
	итого	144	20	20		
	4 семестр					
17.	Теоретико-методические основы физкультурного образования					
18.	Современное состояние физической культуры в обществе	6	0,5	0,5	0	
19.	Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей школьного возраста	6	0,5	0	0	
20.	Физическая культура учащихся как научная и учебная дисциплина	12	0,5	0,5	0	
21.	Концептуальные подходы к физическому воспитанию школьников на современном этапе	12	0,5	0,5	0	
22.	Программно-нормативные основы физического воспитания школьников	12	0,5	0,5	0	
23.	Планирование физкультурного образования учащихся	8	0,5	0,5	0	
24.	Урок физической культуры, как основная форма физического воспитания учащихся общеобразовательных школ	8	0,5	0,5	0	
25.	Внеклассные и внешкольные формы физического воспитания учащихся общеобразовательных школ	8	0,5	0	0	
26.	Методические особенности физического воспитания школьников начальных, средних и старших классов	8	0,5	0,5	0	
27.	Регулирование процесса физкультурного образования учащихся	8	0,5	0,5	0	
28.	Контроль и оценка успеваемости учащихся на уроках физической культуры	8	0,5	0,5	0	

29.	Технологии обучения школьников на уроках физической культуры	8	0,5	0,5	0	
30.	Дифференцированный подход в физкультурном образовании школьников	4	0,5	0,5	0	
31.	Методика дифференцированного обучения двигательному действию на уроках физической культуры	4	0	0,5	0	
32.	Физическое воспитание студенческой молодежи	6	0,5	0,5	0	
33.	Физическая культура в системе рациональной организации труда основных контингентов трудящихся	8	0	0,5	0	
34.	Физическая культура в условиях быта основных возрастных групп трудоспособного населения	8	0,5	0,5	0	
35.	Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста	8	0,5	0,5	0	
	Зачет	2	0	0	0	2
	итого	144	8	8		
5 семестр						
Теоретико-методические основы спорта						
36.	Общая характеристика спорта	6	0,5	0,5	0	
37.	Основы спортивной тренировки	6	0,5	0,5	0	
38.	Предпосылки рационального построения процесса спортивной тренировки	8	0,5	0,5	0	
39.	Система спортивных соревнований и соревновательной деятельности	6	0,5	0,5	0	
40.	Основные стороны спортивной подготовки	8	0,5	0,5	0	
41.	Теоретические основы спорта	8	0,5	1	0	
42.	Разминка в спорте	8	0	0,5	0	
43.	Методика построения занятий и микроциклов	8	0,5	1	0	
44.	Методика построения мезоциклов	8	0,5	0,5	0	
45.	Структура многолетней подготовки	6	0,5	0,5	0	
46.	Методические основы спорта	8	0,5	0,5	0	
47.	Технология планирования в спорте	8	0,5	0,5	0	
48.	Комплексный контроль, учет в подготовке спортсмена.	8	0,5	0,5	0	
49.	Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки	8	0,5	1	0	
50.	Моделирование в системе спортивной подготовки	8	0,5	1	0	
51.	Факторы и условия, повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности	8	0,5	0,5	0	
52.	Допинг в спорте: история, состояние, перспективы.	8	0	0,5	0	
53.	Материально-техническое обеспечение подготовки и соревнований.	8	0,5	0,5	0	

54.	Управление процессом спортивной тренировки	6	0	1	0	
	Зачет	2	0	0	0	2
	итого	144	8	12		
6 семестр						
Методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса						
55.	Рабочие программы по физической культуре	12	0,5	1	0	
56.	Пояснительная записка рабочей программы по физической культуре	12	0,5	1	0	
57.	Разработка пояснительной записки	12	0,5	1	0	
58.	Общая характеристика учебного предмета "Физическая культура"	12	1	1	0	
59.	Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета	12	0,5	1	0	
60.	Планируемые результаты изучения предмета	12	0,5	1	0	
61.	Рабочая программа по физической культуре 10-11 класс	12	1	1	0	
62.	Система оценивания предметных результатов	12	1	1	0	
63.	Примерные основные образовательные программы по направлениям физическая культура и спорт	12	0,5	1	0	
64.	Примерные программы общеобразовательной учебной дисциплины "Физическая культура" для профессиональных образовательных организаций	12	0,5	1	0	
65.	Общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта	10	0,5	1	0	
66.	Основные принципы и структура взаимодействия образовательных программ в сфере физической культуры и спорта и программ спортивной подготовки	10	1	1	0	
	Консультация	2	0	0	0	2
	Экзамен	2	0	0	0	2
	итого	144	8	12		
	Итого (часов)	576	128	128		

4.2. Содержание дисциплины (модуля) по темам

ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

1. Содержание основных понятий теории физической культуры. Система физической культуры.

Дается характеристика понятий: физическое развитие, физическое формирование, физкультурная деятельность, физическая культура, методика обучения, технология обучения, теория обучения, физкультурное обучение, физкультурное воспитание. Взаимосвязь понятий в теории физической культуры. Теория физической культуры как учебная и научная дисциплина. Система знаний и умений в области подготовки и проведения педагогического исследования, в области обработки, анализа и представления результатов исследования.

Научно-методологические, программно-нормативные, организационно-правовые и идейно-мировоззренческие основы системы физической культуры.

Сущность системы физкультурного образования и особенности ее структуры. Цель физкультурного образования: ее общие и специфические черты. Характеристика основных задач физкультурного образования: воспитательных, дидактических, по развитию координационных и кондиционных способностей, оздоровительных.

На занятии закрепляется и расширяется объем знаний, раскрывающих содержание основных понятий в теории и методике физической культуры, системы физической культуры. Рассматриваются примеры системы дополнительного физкультурного образования

Студенты создают и решают кроссворды по закреплению основных понятий.

2. Функции физической культуры. Принципы физического воспитания.

Рассматриваются функции ФК: материально-преобразующая, социально-политическая и социальная функции физической культуры. Социальная структура физической культуры: физкультурная деятельность, личностная подсистема (активность человека), общественная подсистема (условия для физического совершенствования человека). Основные формы физической культуры: производственная, семейная, базовая, бытовая.

Определение понятия «принцип». Особенности содержания общих принципов физического воспитания: всестороннего развития личности; прикладной направленности, оздоровительной направленности. Сущность, содержание и формы реализации дидактических принципов физического воспитания: сознательности и активности, наглядности, доступности и индивидуализации, систематичности и постепенности.

Расширяется и закрепляется объем знаний всех функций ФК. Закрепляется понятие «принцип», рассматриваются особенности содержания всех принципов физического воспитания: всестороннего развития личности; прикладной направленности, оздоровительной направленности. Особое внимание уделено принципам в сфере физического воспитания, а также общедидактическим принципам. Рассматриваются пути реализации принципов для повышения эффективности физического воспитания занимающихся

3. Средства физкультурного образования. Методы физкультурного образования.

Раскрываются вопросы содержания основных и вспомогательных средств ФК. Дается классификация основных средств физкультурного образования. Физические упражнения как основное средство: характеристика его сущности, содержания и форм. Техника двигательного действия: характеристика ее сущности, содержания и кинематических особенностей (пространственных, пространственно-временных, временных и динамических). Классификация физических упражнений. Соотношение эффективности физических упражнений и природных оздоровительных средств. Классификация и содержание гигиенических средств. Технические средства физкультурного образования: их содержание и классификация (тренажерные устройства, аудио-видеоаппаратура и т. д.).

Методы регулирования физической нагрузки. Метод физического упражнения: сущность и разновидности метода физического упражнения при обучении движениям. Сущность и классификация методов физического упражнения при развитии физических способностей. Сущность, содержание и отличительные признаки игрового и соревновательного методов в физкультурном образовании. Общепедагогические методы: словесные и наглядные.

На семинарском занятии студенты закрепляют и расширяют объем знаний, полученных на лекционном занятии. Демонстрируют знания от самостоятельного изучения материала по указанным пособиям на предыдущих встречах.

4. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса физического воспитания и спорта.

В процессе проблемной лекции студентам предлагаются вопросы о путях повышения эффективности физического воспитания с различными категориями занимающихся. Предлагаются пути совершенствования на основе грамотного дозирования физической нагрузки.

Дается общая характеристика методов физкультурного образования: определение понятия метода; классификация методов и требования к ним.

Структурные элементы методов: нагрузка и отдых. Характеристика сущности и видов объема и интенсивности нагрузки, типов и интервалов отдыха. Эффекты физических упражнений. Понятие гомеостаза. Адаптация к физической нагрузке.

Закрепляется учебный материал, раскрывающий важнейший метод физкультурного образования: метод регулирования физической нагрузки при развитии физических способностей.

Приводятся примеры показателей объема и интенсивности нагрузки, видов и интервалов отдыха. Эффекты физических упражнений.

5. Основы обучения двигательным действиям

Рассматриваются вопросы о сущности обучения двигательным действиям: определение понятия обучения движениям; преподавание и учение как стороны обучения; содержание обучения движениям и его основные подходы. Двигательная деятельность как предмет обучения: определение ее понятия. Содержание двигательной деятельности как совокупность закономерностей ее строения и функционирование. Характеристика основных частей двигательной деятельности: информативной, мотивационной, ориентационной, моторной (исполнительной) и контролирующей. Двигательные умения и навыки как уровни освоения двигательного действия. Закономерности обучения движениям: информационного и моторного регулирования двигательной деятельности.

Методика обучения движениям. Общая характеристика этапов обучения движениям.

Этап начального разучивания двигательного действия: цель обучения; основные задачи обучения. Характеристика содержания этапа обучения: осознание двигательной задачи; формирование смыслового; зрительного и двигательного образов движения; овладение основой техники движения. Ошибки обучения и их исправление.

Этап углубленного разучивания: цель и основные задачи обучения. Формирование развернутой ориентационной основы двигательного действия. Доведение техники движения до необходимой степени точности и стабильности.

Этап закрепления и совершенствования двигательного действия: цель и основные задачи. Методика закрепления двигательного действия: задачи и используемые методы. Методика совершенствования двигательного действия: задачи и используемые методы.

Закрепляются знания о сущности обучения двигательным действиям, содержательные стороны, Отличие двигательных умений от навыков..

Уточняется характеристика этапов обучения движениям.

Более подробно рассматриваются три этапа обучения двигательным действиям, с определением целей, задач, средств и методов обучения на каждом этапе обучения двигательным действиям

6. Основы развития координационных способностей.

Дается общая характеристика координационных способностей: определение понятия координационных способностей; уровни и природные предпосылки их развития. Классификация координационных способностей: реагирующей, дифференцировочной, к сохранению равновесия,

ориентационной, ритмической и к переключению. Сенситивные периоды развития координационных способностей.

Рассматриваются вопросы методики развития координационных способностей: специфические принципы их совершенствования. Методические приемы совершенствования всех разновидностей КС.

Определяются методы контроля в процессе совершенствования координационных способностей: методы наблюдения, экспертных оценок, инструментальные и тестирование.

Закрепляется и расширяется объем знаний по изучаемой теме.

Приводятся примеры из практической физкультурной деятельности, направленной на развитие КС. Сенситивные периоды развития координационных способностей.

Уточняется методика развития общих координационных способностей. Определяются методы контроля в процессе совершенствования координационных способностей в зависимости от возраста занимающихся.

7. Основы развития силовых способностей.

Дается общая характеристика силовых способностей: определение понятия силовых способностей; классификация силовых способностей; режимы мышечного напряжения; сенситивные периоды развития. Основы методики развития силовых способностей: средства развития силовых способностей: их общая характеристика и классификация по различным принципам. Понятие силовой нагрузки: зоны интенсивности силовой нагрузки, характеристика ее объема, темпы выполнения силовых упражнений. Отдых как регулятор развития силовых способностей. Назначение, особенности и параметры нагрузки при использовании методов максимальных и повторных усилий.

Закрепляется и расширяется объем знаний о силовых, способностях. Рассматриваются особенности проявления указанных физических способностей, определяются параметры физической нагрузки, основные методические линии развития и методические правила. Указываются способы педагогического контроля за развитием мышечной силы

8. Основы развития скоростных и скоростно-силовых способностей.

Дается характеристика скоростных способностей. Основные методы развития быстроты, критерии оценки, факторы развития. Двигательная реакция: ее сущность, фазовая структура и основные разновидности. Простая двигательная реакция: определение понятия, методика ее совершенствования. Сложная двигательная реакция: ее сущность, основные разновидности, методика их совершенствования. Быстрота и частота отдельного движения: ее сущность; соотношение со скоростными способностями; методика ее совершенствования: средства, методы, параметры нагрузки. Методы контроля за развитием быстроты.

Характеристика скоростно-силовых способностей. Основы методики развития скоростно-силовых способностей: скоростно-силовые упражнения, их сущность и особенности воздействия на организм человека. Понятие скоростно-силовой нагрузки, особенности ее параметров: объема и интенсивности. Длительность и характер отдыха в процессе выполнения скоростно-силовых упражнений. Методы контроля за развитием скоростно-силовых способностей.

На занятии студенты закрепляют и расширяют объем знаний, полученных на лекционном занятии. Уточняются методики развития, параметры нагрузки, особое внимание уделяется соблюдению методических правил при развитии указанных физических способностей

9. Основы развития общей и специальной выносливости.

Дается общая характеристика выносливости: определение понятия выносливости; факторы, определяющие ее уровень; классификация разновидностей выносливости по степени специфичности мышечной деятельности (общая и специальная) и по зонам мощности; сенситивные периоды развития. Методика развития общей (аэробной) выносливости: характеристика основных энергетических источников; задачи, средства и параметры нагрузки при исследовании равномерного, интервального и переменного методов. Методика развития специальной

выносливости: характеристика основных энергетических источников, средств, методов и параметров нагрузки развития различных видов скоростной, скоростно-силовой и силовой выносливости. Методы контроля за уровнем развития общей и специальной выносливости.

На занятии закрепляются знания о показателях выносливости, ее разновидностях.

Уточняются методические линии ее развития, основные методические правила с учетом сенситивных периодов и возрастного развития занимающихся.

Закрепляются методы контроля за уровнем развития общей и специальной выносливости.

10. Основы развития гибкости.

Дается общая характеристика гибкости: определение понятия гибкости; факторы, определяющие уровень ее развития; классификация разновидностей гибкости; режимы проявления гибкости; сенситивные периоды развития.

Методика развития гибкости: характеристика задач и правил (принципов) ее совершенствования; основные группы средств развития гибкости; методы регулирования нагрузки, характеристика параметров нагрузки. Методы контроля за уровнем развития гибкости.

Студенты закрепляют и расширяют объём знаний, полученных на лекционном занятии.

Самостоятельно подбирают и составляют комплекс физических упражнений для развития гибкости с учётом возрастного развития занимающихся.

11. Особенности возрастного развития дошкольников, их учет в физкультурном образовании.

Кратко рассматриваются анатомо-физиологические и психологические особенности возрастного развития различных групп населения. Сообщается о необходимости учета в процессе занятий физическими упражнениями в работе с детьми дошкольного возраста.

На занятии расширяется материал лекционного материала. Уточняются анатомо-физиологические и психологические особенности дошкольников всех возрастных групп, особое внимание уделяется их учету в процессе занятий физическими упражнениями.

12. Особенности возрастного развития школьников, их учет в физкультурном образовании.

Кратко рассматриваются анатомо-физиологические и психологические особенности возрастного развития различных групп населения. Сообщается о необходимости учета этих особенностей в процессе занятий физическими упражнениями в работе с учащимися младших, средних и старших классов. Особое внимание уделяется учету особенностей в физкультурно-оздоровительной работе и спортивной работе с подростками.

На семинарском занятии дается краткое содержание анатомо-физиологических и психических особенностей школьников младшего, среднего и старшего звена. Особое внимание уделяется закреплению материала этой темы в подростковые годы. Рассматриваются допустимые параметры нагрузки для школьников разного возраста, уточняются организационные формы физкультурно-оздоровительной работы со школьниками.

13. Особенности возрастного развития людей зрелого возраста, их учет в физкультурном образовании.

Кратко рассматриваются анатомо-физиологические и психологические особенности возрастного развития различных групп населения. Сообщается о необходимости учета в процессе занятий физическими упражнениями в физкультурно-оздоровительной работе с людьми молодежного и среднего возраста.

На семинарском занятии дается краткое содержание анатомо-физиологических и психических особенностей людей молодежного и среднего возраста. Особое внимание уделяется закреплению материала этой темы в студенческие годы. Рассматриваются допустимые параметры нагрузки для людей разного возраста, уточняются организационные формы физкультурно-оздоровительной работы с молодежью и людьми основного периода трудовой деятельности. Студенты знакомятся с нетрадиционными методиками оздоровления.

14. Особенности возрастного развития людей пожилого возраста, их учет в физкультурном образовании.

Кратко рассматриваются анатомо-физиологические и психологические особенности возрастного развития различных групп населения. Сообщается о необходимости учета в процессе занятий физическими упражнениями в физкультурно-оздоровительной работе с людьми пожилого возраста. Рассматриваются вопросы методической направленности, особое внимание уделяется дозированию физической нагрузки при занятиях физическими упражнениями с пожилыми людьми.

На семинарском занятии дается краткое содержание анатомо-физиологических и психических особенностей людей пожилого возраста. Указываются факторы старения организма. Особое внимание уделяется закреплению материала этой темы профилактики заболеваний с помощью занятий физической культурой. Рассматриваются допустимые параметры нагрузки для людей пожилого возраста, уточняются организационные формы физкультурно-оздоровительной работы с с этой категорией населения. Студенты знакомятся с нетрадиционными методиками оздоровления пожилого человека.

15. Система физического воспитания дошкольников. Средства физического воспитания.

Студентам излагаются основные вопросы темы: система физического воспитания детей дошкольного возраста. Раскрываются основные системообразующие компоненты: цель, задачи, принципы, методы, средства, формы физического воспитания дошкольников

Особое внимание уделяется средствам физического воспитания, рассматриваются особенности их использования в работе с дошкольниками

Студенты закрепляют материал лекционного занятия, расширяют объём знаний по изучаемой теме, в частности уточняются целевые установки физического воспитания дошкольников. Уточняются средства образования в сфере физической культуры, рассматриваются нетрадиционные средства и уточняется их эффективность

16. Организационные формы физическое воспитание дошкольников. Медико-педагогический контроль за физическим воспитанием.

Студентам излагаются основные вопросы, касающиеся традиционных и нетрадиционных форм организации физического воспитания. Особое внимание уделено учебной работе, представленной физкультурными занятиями для детей всех возрастных групп. Дается краткая характеристика активного отдыха, домашних заданий, физкультурно-оздоровительной работы в режиме дня.

Медико-педагогический контроль за физическим воспитанием дошкольников представлен медицинскими, педагогическими обследованиями, а также санитарно-просветительской работой. Раскрываются требования ко всем видам контроля.

На семинарском занятии раскрываются более подробно формы организации физического воспитания в детском саду. Особое внимание уделено физкультурным занятиям, типам видам, показателям нагрузки. Рассматриваются нетрадиционные формы организации в дошкольном учреждении.

Уточняются требования к педагогическому контролю, в частности, диагностике физической подготовленности дошкольников всех возрастных групп, предлагается система тестирования детей и ее оценка.

Студенты сдают зачет по вопросам.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

1. "Современное состояние физической культуры в обществе"

Исторические аспекты становления физического воспитания школьников. Особенности задач, направленность и перспективы физического воспитания детей и молодежи школьного

возраста. Состояние научного знания, профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта, актуальные проблемы развития. Комплексный подход к решению задач физического воспитания подрастающего поколения. Особенности задач, направленность и перспективы физического воспитания детей школьного возраста. Обусловленность задач физического воспитания школьников анатомо-физиологическими и психологическими особенностями их организма.

2. "Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей школьного возраста"

Вопросы для обсуждения:

1. Социально-педагогическое значение физического воспитания в системе физической культуры.
2. Оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи физического воспитания.
3. Комплексный подход к решению задач физического воспитания подрастающего поколения.
4. Обусловленность задач физического воспитания школьников анатомо-физиологическими и психологическими особенностями их организма.

3. "Физическая культура учащихся как научная и учебная дисциплина"

Физическое воспитание как компонент содержания общего образования и предмет «Физическая культура» – основная форма его организации в школах и других типах учебных заведений учреждений общего образования. Понятия: «предмет Физическая культура», «физкультурное образование», «педагогическая система предмета Физическая культура», «педагогический процесс по предмету Физическая культура», «технология учебного процесса по предмету Физическая культура», отличительные особенности данного предмета от других. Основные детерминанты, обуславливающие место и значение данного предмета в содержании общего образования. Современное состояние учебно-воспитательного процесса по физической культуре в общеобразовательной школе, оценка его результативности. Общие и частные методики.

Вопросы для обсуждения:

1. Характеристика объекта и предмета теории физической культуры.
2. Физическая культура учащихся как учебная дисциплина: цель обучения, образовательно-инструктивные, оздоровительно-рекреационные и воспитательно-развивающие задачи предмета «Физическая культура».
3. Определение понятий: «предмет Физическая культура», «физкультурное образование», «педагогическая система предмета Физическая культура», «педагогический процесс по предмету Физическая культура», «технология учебного процесса по предмету Физическая культура»

4. "Концептуальные подходы к физическому воспитанию школьников на современном этапе"

Основные отечественные и зарубежные концепции физического воспитания. Концепции образовательной и оздоровительной направленности в физическом воспитании учащихся. Концепции спортивно-ориентированного физического воспитания. Личностно-ориентированные концепции физического воспитания

Вопросы для обсуждения:

1. Концепция спортивно-ориентированного физического воспитания (В.К. Бальсевич). Проекты спортивно-ориентированного физического воспитания.

2. Личностно-ориентированные концепции олимпийского образования школьников (В.И. Столяров, В.С. Родиченко).
3. Концепция спартианской педагогической технологии (В.И. Столяров).
4. Концепция образовательной направленности в физическом воспитании учащихся.
5. Концепции оздоровительной направленности в физическом воспитании учащихся.

5. "Программно-нормативные основы физического воспитания школьников"

Федеральные государственные образовательные стандарты начального, основного и среднего общего образования и их роль в регламентации процесса физического воспитания учащихся. Требования ФГОС к предметным, метапредметным и личностным результатам реализации основной образовательной программы. Примерные и авторские рабочие программы по физической культуре. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО как программно-нормативная основа физического воспитания школьников. Методическое обеспечение школьной физической культуры

Вопросы для обсуждения:

1. Основные требования и целевые установки ФГОС начального, основного общего и среднего (полного) общего образования.
2. Требования к личностным, метапредметным и предметным результатам освоения основной образовательной программы начального, основного общего и среднего (полного) общего образования.
3. Основные задачи обязательной предметной области «Физическая культура» начального, основного общего и среднего (полного) общего образования.
4. Авторские рабочие программы по физической культуре.

6. "Планирование физкультурного образования учащихся"

Специфика планирования физического воспитания в общеобразовательной школе. Порядок определения и конкретизации учебно-воспитательных задач (образовательных, воспитательных, физического развития). Виды и формы документов планирования физического воспитания. Технология разработки рабочей программы по предмету физическая культура, годовых, четвертных планов, конспектов уроков, с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований федеральных образовательных стандартов. Сущность и содержание подготовки учителя к уроку. Этапы подготовки учителя к уроку.

Вопросы для обсуждения:

1. Перспективное планирование физкультурного образования учащихся.
2. Текущее планирование физкультурного образования учащихся.
3. Учебный план по физической культуре для учащихся.
4. Конспект урока по физической культуре

7. "Урок физической культуры, как основная форма физического воспитания учащихся общеобразовательных школ"

Требования к современному уроку физической культуры. Типология, содержание и структура уроков физической культуры. Уроки с образовательно-познавательной направленностью. Уроки с образовательно-обучающей направленностью. Уроки с образовательно-тренировочной направленностью. Способы построения уроков физической культуры. Комплексные и целевые уроки. Правила безопасности при проведении занятий по физическому воспитанию с учащимися общеобразовательных школ. Приемы, способствующие повышению интереса учащихся к уроку

физической культуры. Особенности организации учащихся на уроках физической культуры при использовании методических приемов.

На основании составленного поурочного рабочего плана разработка *плана-конспекта урока* физической культуры в школе для начальных, средних или старших классов (по выбору) по схеме:

1. ступень обучения (класс);
2. тема урока;
3. цель и общие задачи урока (образовательные, оздоровительные, воспитательные);
4. частные задачи для каждого структурного компонента урока;
5. действия учителя;
6. действия учеников;
7. дозировка;
8. методические указания

8. "Внеклассные и внешкольные формы физического воспитания учащихся общеобразовательных школ"

Организационно-методические основы проведения мероприятий в режиме учебного дня: вводная гимнастика, физкультминутки, физкультурно-рекреативные занятия во время больших перемен. Задачи и содержание факультативных занятий по физической культуре. Основы методики внеклассных секционных занятий по общей физической и начальной спортивной подготовке в школе. Методические условия рациональной организации занятий по физической подготовке, проводимых в связи с массовыми соревнованиями, смотрами, конкурсами и другими формами воспитательной работы в школе. Основные научно-методические требования по направленному использованию факторов физической культуры в режиме повседневной жизни детей школьного возраста (в условиях семьи, по месту жительства), в дни отдыха и в каникулярное время в целях воспитания, оздоровления, организации полезного досуга. Планирование физкультурно-оздоровительных мероприятий активного отдыха.

Вопросы для обсуждения:

1. Малые формы физического воспитания в режиме учебного дня
2. Внеклассные формы физического воспитания школьников: занятия в кружке подвижных игр, в группах общей физической подготовки, в спортивных секциях
3. Внешкольные формы физического воспитания учащихся: в условиях семьи, по месту жительства, в летних оздоровительных лагерях.

9. "Методические особенности физического воспитания школьников начальных, средних и старших классов "

Возрастная периодизация. Особенности возрастного развития детей школьного возраста. Конкретные задачи и методики физического воспитания школьников начальных, средних и старших классов. Особенности методики формирования универсальных учебных действий, обучения двигательным и инструктивным умениям и навыкам, развития двигательных качеств (личностные, метапредметные и предметные результаты обучения), обусловленные программным содержанием и закономерностями возрастного развития. Методические основы проведения уроков с учащимися, имеющими отклонения в физическом развитии и состоянии здоровья.

Вопросы для обсуждения:

1. Особенности методики обучения двигательным и инструктивным умениям и навыкам школьников младших, средних и старших классов.
2. Особенности методики проведения уроков физической культуры с учащимися, отнесенными к специальной медицинской группе здоровья

3. Особенности методики формирования универсальных учебных действий у школьников младших, средних и старших классов.

10. "Регулирование процесса физкультурного образования учащихся"

Этапы обучения двигательному действию. Цель, задачи, методы, физиологические, психологические и педагогические особенности подготовительного этапа, этапа формирования умения выполнять двигательное действие по общей схеме, этап формирования двигательного навыка, этапа закрепления освоенного двигательного действия, этапа формирования умения использовать знания, двигательные и инструктивные навыки в процессе самостоятельных занятий физической культурой и спортом. Обучение двигательным действиям на основе основных опорных точек. Виды обучения: репродуктивное, объяснительно-иллюстративное, проблемное. Нормирование объема и нагрузки для развития кондиционных и координационных способностей.

Вопросы для обсуждения:

1. Характеристика этапов обучения двигательному действию: цели, задачи, методы, средства.
2. Обучение двигательным действиям на основе основных опорных точек.
3. Отличительные особенности репродуктивного, объяснительно-иллюстративного и проблемного видов обучения

11. "Контроль и оценка успеваемости учащихся на уроках физической культуры"

Назначение и организация педагогического контроля в школе (контроль официальный, неофициальный, виды внутришкольного контроля, требования к его осуществлению). Значение и функций контрольно-оценочной деятельности учителя физической культуры на уроке, типичные недостатки. Основные понятия, используемые в процессе контрольно-оценочной деятельности: диагностика, контроль, проверка, оценивание, оценочные суждения, оценка, отметка. Критерии оценок. Свод правил объективного оценивания школьников. Система проверки успеваемости учащихся на уроках физической культуры (предварительная проверка, попутная, специально организованная). Методы оценки сформированности знаний, двигательных и инструктивных навыков и умений, видов физкультурной деятельности, развития двигательных качеств. Методика проведения педагогических наблюдений за уроками физической культуры. Анализ данных педагогического контроля, их интерпретация, выводы и оценка эффективности проведения уроков.

Вопросы для обсуждения:

1. Цель и задачи контроля в технологии учебно-воспитательного процесса школьников.
2. Виды контроля в учебно-воспитательном процессе.
3. Формы организации контроля в учебно-воспитательном процессе и основные требования, предъявляемые к контролю.
4. Проверка и оценивание успеваемости на уроках физической культуры.
5. Методика анализа урока физической культуры на основе использования педагогического наблюдения, хронометрирования и пульсометрии.

12. "Технологии обучения школьников на уроках физической культуры"

Понятие педагогической технологии. Организация сюжетно-ролевых уроков и уроков физической культуры с межпредметной связью. Технологии интегрированного обучения. Типы интеграции. Теоретический, концептуальный, проблемный и тематический уровни интеграции. Условия для интеграции учебных предметов. Формы интегрированных уроков. Требования к организации и проведению интегрированных уроков. Методика подготовки и проведение интегрированных уроков.

Вопросы для обсуждения:

1. Содержание сюжетно-ролевых уроков физической культуры для младших школьников.
2. Содержание уроков физической культуры с межпредметной связью.
3. Организация и проведение интегрированных уроков физической культуры

13. "Дифференцированный подход в физкультурном образовании школьников "

Содержание и организация дифференцированного физкультурного образования. Педагогический контроль в физкультурном образовании школьников при реализации технологии дифференцированного обучения. Интегральная оценка физической подготовленности школьников. Дифференцированный подход в модульном обучении. Цель модульного обучения. Характеристика модульного подхода в образовании. Компоненты учебного модуля. Последовательность действий учителя в рамках учебного модуля. Общие подходы к реализации модульных технологий. Реализация модульных технологий в физическом воспитании.

14. "Методика дифференцированного обучения двигательному действию на уроках физической культуры"

Разработка методики дифференцированного обучения двигательному действию обучающихся начальных, средних или старших классов (по выбору).

Схема работы:

1. Определение класса
2. Определение вида двигательной деятельности
3. Выбор критериев дифференциации
4. Деление на группы
5. Выбор форм, методов, средств и методических приемов для дифференцированного обучения для каждой выделенной группы
6. Выбор критериев оценки дифференцированного обучения

15. "Физическое воспитание студенческой молодежи"

Физическое воспитание как учебный предмет в свете требований ФГОС СПО и ВПО, типовой программы физического воспитания студенческой молодежи. Задачи и основные направления физического воспитания студентов. Характеристика гигиенического, общеобразовательного, спортивного и профессионально-прикладного направлений. Общая организация и формы физического воспитания студенческой молодежи. Комплектование учебных групп и отделений для проведения занятий по физическому воспитанию. Определяющие черты методики и общего построения занятий в основном и специальном отделениях, в отделении спортивного совершенствования. Физическая культура как фактор оптимизации студенческого быта и оздоровления в каникулярное время. Самостоятельное физкультурно-спортивное движение студенчества (методические аспекты). Особенности занятий спортом, направленных к высшим достижениям в период средне-специального и вузовского образования

Вопросы для обсуждения:

1. Задачи и основные направления физического воспитания студенческой молодежи.
2. Особенности организации, содержания и методики учебных занятий в зависимости от профиля учебного заведения.
3. Дополнительные (самостоятельные) формы физкультурного образования студентов.
4. Особенности профессионально-прикладной подготовки студентов.

16. "Физическая культура в системе рациональной организации труда основных контингентов трудящихся"

Социально-экономическое значение состояния здоровья трудоспособного населения. Основные задачи физической культуры в жизни трудящихся. Физическая культура в системе рациональной организации труда (производственная физическая культура). Физическая культура как непосредственный фактор повышения производительности труда. Основные эффекты от применения физической культуры в системе научной организации труда. Научные основы внедрения физической культуры в организацию труда. Место и особенности применения различных форм физической культуры в системе рациональной организации труда. Методические основы проведения вводной гимнастики, физкультурных пауз и других форм физической культуры в режиме рабочего дня. Профессионально-прикладная физическая подготовка трудящихся как фактор повышения эффективности профессиональной деятельности, технологические основы обеспечения.

Вопросы для обсуждения:

1. Социально-экономическое значение состояния здоровья трудоспособного населения.
2. Основные задачи физической культуры в жизни трудящихся.
3. Цель, задачи и основные направления занятий физической культурой на производстве.
4. Организация занятий физической культурой в режиме труда и в режиме рабочего дня в зависимости от характера трудовой деятельности.
5. Формы профессионально-прикладной физической подготовки трудоспособного населения.

17. "Физическая культура в условиях быта основных возрастных групп трудоспособного населения"

Применение повседневно-бытовых и рекреативно-оздоровительных форм использования факторов физической культуры в период активной трудовой деятельности. Физическая культура как фактор оптимизации домашнего быта трудящихся: направленность, основные средства, формы и методические особенности занятий. Рекреативно-оздоровительные формы использования факторов физической культуры: направленность, отличительные особенности применения. Оздоровительно-реабилитационная физическая культура трудящихся. Связи производственной и смежных форм физической культуры (требования научной организации труда как лимитирующий фактор выбора средств и применения физкультурно-спортивных нагрузок вне производства). Подходы к нормированию общей двигательной и физкультурно-спортивной активности трудящихся в быту, в режиме расширенного отдыха и восстановления; методические условия полноценной организации здорового отдыха и содержательного развлечения на загородных базах отдыха, в санаториях и профилакториях.

Вопросы для обсуждения:

1. Рекреативно-оздоровительная физическая культура трудящихся: направленность, основные средства, формы и методические особенности занятий
2. Оздоровительно-реабилитационная физическая культура трудящихся: направленность, основные средства, формы и методические особенности занятий
3. Организация занятий физическими упражнениями на загородных базах отдыха, в санаториях и профилакториях: задачи, формы, средства, схемы двигательных режимов (щадящий, щадяще-тренирующий, тренирующий).

18. "Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста"

Социальные факторы, определяющие значение физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста. Проблема противодействия возрастной инволюции с использованием факторов физической культуры; научные данные о возможностях влияния на инволюционные процессы путем направленного применения ее факторов. Задачи физкультурной деятельности людей пожилого и старшего возраста. Характеристика физических упражнений, адекватных возможностям стареющего организма, принципы их выбора и нормирования нагрузок. Методические основы построения системы занятий, критерии их эффективности и контроль. Оздоровительно-гигиенические, реабилитационные и рекреативные формы использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста. Методика занятий физическими упражнениями в группах здоровья и секциях общей физической подготовки

Вопросы для обсуждения:

1. Социальные факторы, определяющие значение физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста.
2. Понятие инволюционный период в жизни человека и проблема противодействия возрастной инволюции с использованием факторов физической культуры;
3. Задачи физкультурной деятельности людей пожилого и старшего возраста.
4. Оздоровительно-гигиенические, реабилитационные и рекреативные формы занятий физическими упражнениями с людьми пожилого и старшего возраста

Студенты сдают зачет по вопросам.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СПОРТА

1. " Общая характеристика спорта "

Основные понятия, относящиеся к спорту. Классификация видов спорта. Социальные функции спорта. Основные направления в развитии спортивного движения. Характеристика системы тренировочно-соревновательной подготовки. Спортивные достижения и тенденции их развития

Вопросы для обсуждения:

1. Основные понятия, относящиеся к спорту.
2. Классификация видов спорта.
3. Социальные функции спорта.
4. Основные направления в развитии спортивного движения
5. Характеристика системы тренировочно-соревновательной подготовки.
6. Спортивные достижения и тенденции их развития

2. "Основы спортивной тренировки "

Цели и задачи спортивной тренировки. Средства спортивной тренировки. Методы спортивной тренировки. Принципы спортивной тренировки.

Вопросы для обсуждения:

1. Цели и задачи спортивной тренировки.
2. Средства спортивной тренировки.
3. Методы спортивной тренировки.
4. Принципы спортивной тренировки.

3. " Предпосылки рационального построения процесса спортивной тренировки "

Адаптация в спортивной тренировке. Утомление и восстановление при мышечной деятельности. Нагрузка в спортивной тренировке.

Вопросы для обсуждения:

1. Адаптация в спортивной тренировке.
2. Утомление и восстановление при мышечной деятельности.
3. Нагрузка в спортивной тренировке.

4. "Система спортивных соревнований и соревновательной деятельности "

Соревнования как основа существования спорта. Содержание и особенности соревновательной деятельности. Моделирование соревновательной деятельности. Система спортивных соревнований.

Вопросы для обсуждения:

1. Соревнования как основа существования спорта.
2. Содержание и особенности соревновательной деятельности.
3. Моделирование соревновательной деятельности.
4. Система спортивных соревнований.

5. " Основные стороны спортивной подготовки "

Техническая подготовка (структура и методика). Тактическая подготовка (структура и методика совершенствования). Физическая подготовка. Интегральная подготовка.

6. "Теоретические основы спорта "

Вопросы к коллоквиуму:

1. Основные понятия, относящиеся к спорту.
2. Классификация видов спорта.
3. Социальные функции спорта.
4. Основные направления в развитии спортивного движения.
5. Характеристика системы тренировочно-соревновательной подготовки.
6. Спортивные достижения и тенденции их развития
7. Цели и задачи спортивной тренировки.
8. Средства спортивной тренировки.
9. Методы спортивной тренировки.
10. Принципы спортивной тренировки.
11. Адаптация в спортивной тренировке.
12. Утомление и восстановление при мышечной деятельности.
13. Нагрузка в спортивной тренировке.
14. Соревнования как основа существования спорта.
15. Содержание и особенности соревновательной деятельности.
16. Моделирование соревновательной деятельности.
17. Система спортивных соревнований.
18. Техническая подготовка (структура и методика).
19. Тактическая подготовка (структура и методика совершенствования).
20. Физическая подготовка.
21. Интегральная подготовка.

7. "Разминка в спорте"

Общие основы построения разминки. Структура и содержание разминки. Особенности предсоревновательной разминки.

Разработать содержание разминки опираясь на следующие параметры:

1. Вид спорта
2. Возраст спортсменов
3. Этап многолетней подготовки
4. Вид деятельности (тренировочная или соревновательная)

8. "Методика построения занятий и микроциклов "

Структура и содержание занятия. Направленность занятия. Нагрузка в занятии. Типы и организация занятий. Типы тренировочных микроциклов. Общие основы чередования занятий с различными по величине и направленности нагрузками. Воздействие на организм спортсменов занятий с различными по величине и направленности нагрузками. Сочетание в микроцикле занятий с различными по величине и направленности нагрузками. Структура тренировочных микроциклов в зависимости от числа занятий в течение дня.

Разработать технологическую карту занятия опираясь на следующие параметры:

1. Тип занятия (комплексное или преимущественной направленности)
2. Вид спорта
3. Этап многолетней подготовки

Разработать микроцикл опираясь на следующие параметры:

4. Тип микроцикла
5. Вид спорта
6. Этап многолетней подготовки

9. "Методика построения мезоциклов и макроциклов "

Типы тренировочных мезоциклов. Сочетание микроциклов в мезоцикле. Особенности построения мезоциклов в тренировке женщин. Виды и общая структура макроциклов. Периодизация тренировки в отдельном макроцикле. Суммарный объем и соотношение работы различной направленности в течение года и макроцикла.

Разработать мезоцикл опираясь на следующие параметры:

1. Тип мезоцикла
2. Вид спорта
3. Период в годичном цикле подготовки

10. "Структура многолетней подготовки "

Общая структура многолетней подготовки и факторы, ее определяющие. Тренировка на различных этапах многолетней подготовки. Основные направления интенсификации тренировочного процесса в многолетней подготовке.

11. "Методические основы спорта "

Вопросы к коллоквиуму:

1. Структура и содержание занятия.

2. Направленность занятия.
3. Нагрузка в занятии.
4. Типы и организация занятий.
5. Типы тренировочных микроциклов.
6. Общие основы чередования занятий с различными по величине и направленности нагрузками.
7. Воздействие на организм спортсменов занятий с различными по величине и направленности нагрузками.
8. Сочетание в микроцикле занятий с различными по величине и направленности нагрузками.
9. Типы тренировочных мезоциклов.
10. Сочетание микроциклов в мезоцикле.
11. Особенности построения мезоциклов в тренировке женщин.
12. Виды и общая структура макроциклов.
13. Периодизация тренировки в отдельном макроцикле.
14. Общая структура многолетней подготовки и факторы, ее определяющие.
15. Тренировка на различных этапах многолетней подготовки.
16. Основные направления интенсификации тренировочного процесса в многолетней подготовке.

12. " Технология планирования в спорте "

Общие положения технологии планирования в спорте. Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах. Планирование тренировочно-соревновательного процесса в годичном цикле. Оперативное планирование.

Вопросы для обсуждения:

1. Общие положения технологии планирования в спорте.
2. Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах.
3. Планирование тренировочно-соревновательного процесса в годичном цикле.
4. Оперативное планирование.

13. " Комплексный контроль, учет в подготовке спортсмена. "

Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями. Контроль за состоянием подготовленности спортсмена. Контроль за факторами внешней среды. Учет в процессе спортивной тренировки.

Вопросы для обсуждения:

1. Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями.
2. Контроль за состоянием подготовленности спортсмена.
3. Контроль за факторами внешней среды.
4. Учет в процессе спортивной тренировки.

14. "Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки "

Общая характеристика проблем спортивного отбора. Особенности спортивного отбора на разных этапах многолетней подготовки.

Вопросы для обсуждения:

1. Общая характеристика проблем спортивного отбора.
2. Особенности спортивного отбора на разных этапах многолетней подготовки.

15. " Моделирование в системе спортивной подготовки "

Общие основы моделирования в спортивной подготовке. Типы и виды моделей в спорте. Модели подготовленности спортсмена. Морфофункциональные модели спортсмена. Модели отдельных частей тренировочного процесса (микро-, мезо-, макроциклов)

Вопросы для обсуждения:

3. Общие основы моделирования в спортивной подготовке.
4. Типы и виды моделей в спорте.

16. "Факторы и условия, повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности "

Средства восстановления, стимуляции работоспособности и адаптационных процессов. Спортивная тренировка в горных условиях. Спортивная тренировка в условиях временной адаптации. Спортивная тренировка в условиях жаркого и холодного климата.

Вопросы для обсуждения:

1. Средства восстановления, стимуляции работоспособности и адаптационных процессов.
2. Спортивная тренировка в горных условиях.
3. Спортивная тренировка в условиях временной адаптации.
4. Спортивная тренировка в условиях жаркого и холодного климата.

17. "Допинг в спорте: история, состояние, перспективы."

История распространения допинга в спорте. Допинговые средства и методы. Распространение допинга в спорте. Борьба МОК с применением допинга. Деятельность Всемирного антидопингового агентства.

Вопросы дискуссии:

1. История распространения допинга в спорте.
2. Допинговые средства и методы.
3. Распространение допинга в спорте.
4. Борьба МОК с применением допинга.
5. Деятельность Всемирного антидопингового агентства.

18. "Материально-техническое обеспечение подготовки и соревнований."

Спортивный инвентарь и оборудование мест подготовки и соревнований. Тренажеры в системе спортивной подготовки. Диагностическая и управляющая аппаратура в системе спортивной подготовки.

19. "Управление процессом спортивной тренировки "

Вопросы к коллоквиуму:

1. Общие положения технологии планирования в спорте.
2. Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах.
3. Планирование тренировочно-соревновательного процесса в годичном цикле.
4. Оперативное планирование.
5. Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями.
6. Контроль за состоянием подготовленности спортсмена.
7. Контроль за факторами внешней среды.

8. Учет в процессе спортивной тренировки.
9. Общая характеристика проблем спортивного отбора.
10. Особенности спортивного отбора на разных этапах многолетней подготовки.
11. Общие основы моделирования в спортивной подготовке.
12. Типы и виды моделей в спорте.
13. Дополнительные (внетренировочные и внесоревновательные) факторы в системе спортивной подготовки: состояние мест соревнований, инвентаря и оборудования, тренажеры, диагностическая и управляющая аппаратура.
14. Средства восстановления, стимуляции работоспособности и адаптационных процессов.
15. Спортивная тренировка в горных условиях.
16. Спортивная тренировка в условиях временной адаптации.
17. Спортивная тренировка в условиях жаркого и холодного климата
18. Диагностическая и управляющая аппаратура в системе спортивной подготовки.
19. История распространения допинга в спорте.
20. Допинговые средства и методы.
21. Распространение допинга в спорте.
22. Борьба МОК с применением допинга.
23. Деятельность Всемирного антидопингового агентства.

Зачет

Студент может получить зачет по дисциплине автоматически, если не имеет пропусков (или пропуски занятий отработаны), и имеет средний балл за дисциплину "3", "4", "5" (за все коллоквиумы). Если данные требования не соблюдены, студент может сдать зачет устно по следующим вопросам:

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ И КОНТРОЛЬ ТРЕНИРОВОЧНОГО И ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

1. "Рабочие программы по физической культуре"

Основные учебные разделы примерной программы:

- "Знания о физической культуре" (информационный компонент деятельности);
- "Способы двигательной (физкультурной) деятельности" (операциональный компонент деятельности);
- "Физическое совершенствование" (процессуально-мотивационный компонент деятельности).

2. "Пояснительная записка рабочей программы по физической культуре"

Рабочая программа по физической культуре составлена на основании следующих нормативно - правовых и учебно-методических документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 06 октября 2009 года № 373
- Основной образовательной программы начального общего образования
- Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классы. Авторы: В.И.Лях, А.А.Зданевич. Москва, Просвещение 2012 г.
- учебника для общеобразовательных учреждений «Физическая культура. 1-4 классы» Автор В.И.Лях. Москва «Просвещение» 2011.

4. "Разработка пояснительной записки"

Разработка пояснительной записки для рабочих программ дошкольного, школьного образования и системы дополнительного образования

5. "Общая характеристика учебного предмета "Физическая культура""

Общая характеристика учебного предмета, цель и образовательные задачи

6. "Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета"

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования ФГОС рабочая программа направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных, и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты.

Личностные результаты в области познавательной культуры, трудовой, эстетической, коммуникативной, в области физической культуры.

Метапредметные результаты.

Метапредметные результаты в области познавательной культуры, нравственной, трудовой, эстетической, коммуникативной и в области физической культуры.

Предметные результаты.

Предметные результаты в области познавательной культуры, нравственной, трудовой, эстетической, коммуникативной, в области физической культуры.

7. "Планируемые результаты изучения предмета"

Планируемые результаты изучения предмета для обучающихся 5-9 классов

8. "Рабочая программа по физической культуре, 7-9 класс"

Пояснительная записка, общая характеристика учебного предмета

Место учебного предмета в учебном плане.

Результаты освоения учебного предмета.

Содержание учебного предмета.

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса.

9. "Рабочая программа по физической культуре, 10-11 класс"

Пояснительная записка.

Общая характеристика учебного предмета.

Результаты освоения учебного предмета.

Содержание учебного предмета

10. "Система оценивания предметных результатов"

Оценивание теоретических знаний.

Оценивание динамики развития физических качеств в зависимости от индивидуального уровня физического развития.

Оценивание учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.

Контроль и оценка планируемых результатов по физкультуре в начальной школе.

Критерии оценки успеваемости по технике владения двигательными действиями (умения и навыки).

Критерии оценки успеваемости по способам (умениям) осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.

Критерии оценки по успеваемости по основам знания.

11. "Примерные основные образовательные программы по направлениям физическая культура и спорт"

Содержание примерных основных образовательных программ

1. Общие положения
2. Характеристика профессиональной деятельности выпускников
3. Общая характеристика образовательных программ, реализуемых в рамках направления подготовки
4. Планируемые результаты освоения образовательной программы
5. Примерная структура и содержание примерных основных образовательных программ (ПООП)
6. Примерные условия осуществления образовательной деятельности по (ПООП)

12. "Примерные программы общеобразовательной учебной дисциплины "Физическая культура" для профессиональных образовательных организаций"

1. Пояснительная записка
2. Общая характеристика учебной дисциплины "Физическая культура"
3. Место учебной дисциплины в учебном плане
4. Результаты освоения учебной дисциплины
5. Содержание учебной дисциплины
6. Тематическое планирование
7. Характеристика основных видов деятельности студентов
8. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы учебной дисциплины "Физическая культура"

13. "Общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта "

Общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта (особенности реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта):

- дополнительные общеразвивающие программы
- дополнительные предпрофессиональные программы

14. "Основные принципы и структура взаимодействия образовательных программ в сфере физической культуры и спорта и программ спортивной подготовки "

Программы в сфере физической культуры и спорта:

9. Профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта
10. Интегрированные образовательные программы в области физической культуры и спорта
11. Дополнительные общеразвивающие программы в области физической культуры и спорта
12. Дополнительные предпрофессиональные программы в области физической культуры и спорта

"Экзамен по дисциплине "Теория и методика физической культуры"

Экзамен студенты сдают по вопросам

5. Учебно-методическое обеспечение и планирование самостоятельной работы обучающихся
Таблица 3

№ темы	Темы	Формы СРС, включая требования к подготовке к занятиям
	3 семестр	
	Общие основы теории и методики физической культуры	
1.	Содержание основных понятий теории физической культуры. Система физической культуры.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
2.	Функции физической культуры. Принципы физического воспитания.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
3.	Средства физкультурного образования. Методы физкультурного образования	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
4.	Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса физического воспитания и спорта	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
5.	Основы обучения двигательным действиям	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
6.	Основы развития координационных способностей	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
7.	Основы развития силовых способностей.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
8.	Основы развития скоростных и скоростно-силовых способностей	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
9.	Основы развития общей и специальной выносливости.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
10.	Основы развития гибкости	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
11.	Особенности возрастного развития дошкольников, их учет в физкультурном образовании.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
12.	Особенности возрастного развития школьников, их учет в физкультурном образовании.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
13.	Особенности возрастного развития людей зрелого возраста, их учет в физкультурном образовании.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций

14.	Особенности возрастного развития людей пожилого возраста, их учет в физкультурном образовании.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
15.	Система физического воспитания дошкольников. Средства физического воспитания.	Чтение обязательной и дополнительной Проработка лекций литературы
16.	Организационные формы физическое воспитание дошкольников. Медико-педагогический контроль за физическим воспитанием.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
	Общие основы теории и методики физической культуры (3 семестр)	Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками
№ Темы	Темы	Виды СРС
	4 семестр	
	Теоретико-методические основы физкультурного образования	
17.	Современное состояние физической культуры в обществе	Чтение обязательной и дополнительной литературы
18.	Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей школьного возраста	Проработка лекций
19.	Физическая культура учащихся как научная и учебная дисциплина	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
20.	Концептуальные подходы к физическому воспитанию школьников на современном этапе	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
21.	Программно-нормативные основы физического воспитания школьников	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
22.	Планирование физкультурного образования учащихся	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
23.	Урок физической культуры, как основная форма физического воспитания учащихся общеобразовательных школ	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
24.	Внеклассные и внешкольные формы физического воспитания учащихся общеобразовательных школ	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
25.	Методические особенности физического воспитания школьников начальных, средних и старших классов	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
26.	Регулирование процесса физкультурного образования учащихся	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций

27.	Контроль и оценка успеваемости учащихся на уроках физической культуры	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
28.	Технологии обучения школьников на уроках физической культуры	Чтение обязательной и дополнительной литературы
29.	Дифференцированный подход в физкультурном образовании школьников	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
30.	Методика дифференцированного обучения двигательному действию на уроках физической культуры	Проработка лекций
31.	Физическое воспитание студенческой молодежи	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
32.	Физическая культура в системе рациональной организации труда основных контингентов трудящихся	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
33.	Физическая культура в условиях быта основных возрастных групп трудоспособного населения	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
34.	Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
	Зачет	Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками
	5 семестр	
	Теоретико-методические основы спорта	
35.	Общая характеристика спорта	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
36.	Основы спортивной тренировки	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
37.	Предпосылки рационального построения процесса спортивной тренировки	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
38.	Система спортивных соревнований и соревновательной деятельности	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
39.	Основные стороны спортивной подготовки	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
40.	Теоретические основы спорта	Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками

41.	Разминка в спорте	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
42.	Методика построения занятий и микроциклов	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
43.	Методика построения мезоциклов и макроциклов	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
44.	Структура многолетней подготовки	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
45.	Методические основы спорта	Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками
46.	Технология планирования в спорте	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
47.	Комплексный контроль, учет в подготовке спортсмена.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
48.	Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
49.	Моделирование в системе спортивной подготовки	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
50.	Факторы и условия, повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
51.	Допинг в спорте: история, состояние, перспективы.	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
52.	Материально-техническое обеспечение подготовки и соревнований.	Чтение обязательной и дополнительной литературы
53.	Управление процессом спортивной тренировки	Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками
	Зачет	Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками
	6 семестр	
	Методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	

54.	Рабочие программы по физической культуре	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
55.	Пояснительная записка рабочей программы по физической культуре	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
56.	Разработка пояснительной записки	Проработка лекций
57.	Общая характеристика учебного предмета "Физическая культура"	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
58.	Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
59.	Планируемые результаты изучения предмета	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
60.	Рабочая программа по физической культуре, 7-9 класс	Проработка лекций
61.	Рабочая программа по физической культуре 10-11 класс	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
62.	Система оценивания предметных результатов	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
63.	Примерные основные образовательные программы по направлениям физическая культура и спорт	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
64.	Примерные программы общеобразовательной учебной дисциплины "Физическая культура" для профессиональных образовательных организаций	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
65.	Общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
66.	Основные принципы и структура взаимодействия образовательных программ в сфере физической культуры и спорта и программ спортивной подготовки	Чтение обязательной и дополнительной литературы Проработка лекций
	Консультация перед экзаменом	Самостоятельное изучение заданного материала
	Экзамен по дисциплине "Теория и методика физической культуры"	Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками

Требования к подготовке к занятиям

Библиографический поиск. Предполагает поиск библиографической информации по теме, установление сведений об источниках, наличия источников в библиографической системе вуза

Поиск информационных источников. Предполагает поиск документов и изданий, в которых содержится информация по теме. Критерии оценки: полнота выбора источников поиска, точность поиска

Проработка лекций предполагает:

- изучить содержание лекции;
- изучить дополнительные литературные источники по теме лекции;
- расширить содержание вопросов лекции дополнительными фактами и примерами.

Критерии оценки: содержательность, соответствие теме, своевременность выполнения задания.

Подготовка к собеседованию. Следует изучить список контрольных вопросов и подготовить ответы, пользуясь конспектами и рекомендованными источниками

6. Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю)

6.1 Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

Промежуточная аттестация по дисциплине в 3, 4, 5 семестре предполагает проведение зачёта в форме собеседования, в 6 семестре – экзамена в форме собеседования.

Критерии выставления зачёта

Оценка «зачтено» выставляется студенту, который:

- прочно усвоил предусмотренный программный материал;
- правильно, аргументировано ответил на все вопросы, с приведением примеров;
- показал глубокие систематизированные знания, владеет приемами рассуждения и сопоставляет материал из разных источников: теорию связывает с практикой, другими темами данного курса, других изучаемых предметов.

2. Оценка «не зачтено» выставляется студенту, который допустил существенные ошибки при ответе на вопросы; не может ответить на дополнительные вопросы.

Критерии выставления экзаменационной оценки

«Отлично» – обучающийся глубоко и прочно усвоил весь программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок.

«Хорошо» – обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий.

Контрольные вопросы к зачету «Общие основы теории и методики физической культуры»:

- 1.Содержание понятий в теории физической культуры
- 2 . Структура и функции физической культуры
3. Характеристика системы физической культуры
4. Принципы физкультурного образования
- 5 . Средства физического воспитания
6. Методы физкультурного образования
7. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты выполнения физических упражнений.
- 8 Основы обучения двигательным действиям (ДД)
9. Основы обучения двигательным действиям: Этапы обучения ДД
10. Основы развития координационных способностей
11. Основы развития гибкости
12. Основы развития скоростных способностей
13. Основы развития силовых способностей

14. Основы развития выносливости
 15. Основы развития скоростно-силовых способностей
 16. Основы развития специальной выносливости
 17. Половозрастные особенности дошкольников, их учет в физическом воспитании
 18. Половозрастные особенности младших школьников, их учет в физическом воспитании
 19. Половозрастные особенности подростков, их учет в физическом воспитании
 20. Половозрастные особенности старших школьников, их учет в физическом воспитании
 21. Половозрастные особенности людей зрелого возраста, их учет в физическом воспитании
 22. Половозрастные особенности людей пожилого возраста, их учет в процессе занятий физическими упражнениями
 23. Цель, задачи, значение физического воспитания детей дошкольного возраста
 24. Средства физического воспитания детей дошкольного возраста
 25. Формы организации физического воспитания в детском саду
 26. Медико-педагогический контроль за физическим воспитанием в детском саду
- На консультации перед зачетом студенты получают примерную структуру ответа на каждый вопрос всех модулей.

Контрольные вопросы к зачету «Теоретико-методические основы физкультурного образования»:

1. Социально-педагогическое значение физического воспитания в системе физической культуры.
2. Комплексный подход к решению задач физического воспитания подрастающего поколения.
3. Характеристика объекта и предмета теории физической культуры.
4. Физическая культура учащихся как учебная дисциплина: цель обучения, образовательно-инструктивные, оздоровительно-рекреационные и воспитательно-развивающие задачи предмета «Физическая культура».
5. Характеристика основных отечественных концепций физического воспитания школьников
6. Характеристика ФГОС начального, основного общего и среднего (полного) общего образования.
7. Требования к личностным, метапредметным и предметным результатам освоения основной образовательной программы начального, основного общего и среднего (полного) общего образования.
8. Цель, задачи и направленность физического воспитания в начальных классах общеобразовательной школы.
9. Цель, задачи и направленность физического воспитания в средних классах общеобразовательной школы.
10. Цель, задачи и направленность физического воспитания в старших классах общеобразовательной школы.
11. Содержание и структура урока по предмету «Физическая культура»: определение понятий, характеристика частей, элементов и компонентов.
12. Перспективное планирование физкультурного образования учащихся.
13. Текущее планирование физкультурного образования учащихся.
14. Учебный план по физической культуре для учащихся.
15. Конспект урока по физической культуре
16. Типы и виды уроков физической культуры в общеобразовательной школе
17. Методические приемы, способствующие повышению интереса учащихся к уроку физической культуры
18. Единство задач обучения при проведении уроков по физическому воспитанию в школе.
19. Подбор средств в зависимости от этапов обучения (решение образовательных задач).

20. Решение оздоровительных (развивающих) задач на уроках физической культуры и их взаимосвязь с образовательными задачами.
21. Решение воспитательной задачи на уроках физической культуры в школе.
22. Формы организации учащихся при проведении уроков по физической культуре.
23. Формирование инструктивных умений и навыков для самостоятельных занятий физическими упражнениями.
24. Малые формы физического воспитания в режиме учебного дня.
25. Внеклассные формы физического воспитания школьников: занятия в кружке подвижных игр, в группах общей физической подготовки, в спортивных секциях.
26. Внешкольные формы физического воспитания учащихся: в условиях семьи, по месту жительства, в летних оздоровительных лагерях.
27. Цель и задачи контроля в технологии учебно-воспитательного процесса школьников.
28. Виды контроля в учебно-воспитательном процессе.
29. Формы организации контроля в учебно-воспитательном процессе и основные требования, предъявляемые к контролю.
30. Проверка и оценивание успеваемости на уроках физической культуры.
31. Методика анализа урока физической культуры на основе использования педагогического наблюдения, хронометрирования и пульсометрии.
32. Технологии интегрированного обучения на уроках физической культуры.
33. Использование дифференцированного подхода в физическом воспитании школьников.
34. Задачи и основные направления физического воспитания студенческой молодежи.
35. Особенности организации, содержания и методики учебных занятий в зависимости от профиля учебного заведения.
36. Дополнительные (самостоятельные) формы физкультурного образования студентов.
37. Социально-экономическое значение состояния здоровья трудоспособного населения.
38. Основные задачи физической культуры в жизни трудящихся.
39. Цель, задачи и основные направления занятий физической культурой на производстве.
40. Организация занятий физической культурой в режиме труда и в режиме рабочего дня в зависимости от характера трудовой деятельности.
41. Формы профессионально-прикладной физической подготовки.
42. Рекреативно-оздоровительная физическая культура трудящихся: направленность, основные средства, формы и методические особенности занятий.
43. Оздоровительно-реабилитационная физическая культура трудящихся: направленность, основные средства, формы и методические особенности занятий.
44. Социальные факторы, определяющие значение физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста.
45. Понятие инволюционный период в жизни человека и проблема противодействия возрастной инволюции с использованием факторов физической культуры.
46. Задачи физкультурной деятельности людей пожилого и старшего возраста.
47. Оздоровительно-гигиенические, реабилитационные и рекреативные формы занятий физическими упражнениями с людьми пожилого и старшего возраста.
48. Организационно-методические основы занятий физическими упражнениями с людьми пожилого и старшего возраста.

Контрольные вопросы к зачету «Теоретико-методические основы спорта»:

1. Основные понятия, относящиеся к спорту.
2. Классификация видов спорта.
3. Социальные функции спорта.
4. Основные направления в развитии спортивного движения.
5. Характеристика системы тренировочно-соревновательной подготовки.
6. Спортивные достижения и тенденции их развития.
7. Цели и задачи спортивной тренировки.

8. Средства спортивной тренировки.
9. Методы спортивной тренировки.
10. Принципы спортивной тренировки.
11. Адаптация в спортивной тренировке.
12. Утомление и восстановление при мышечной деятельности.
13. Нагрузка в спортивной тренировке.
14. Соревнования как основа существования спорта.
15. Содержание и особенности соревновательной деятельности.
16. Моделирование соревновательной деятельности.
17. Система спортивных соревнований.
18. Техническая подготовка (структура и методика).
19. Тактическая подготовка (структура и методика совершенствования).
20. Физическая подготовка.
21. Интегральная подготовка.
22. Структура и содержание занятия.
23. Направленность занятия.
24. Нагрузка в занятии.
25. Типы и организация занятий.
26. Типы тренировочных микроциклов.
27. Общие основы чередования занятий с различными по величине и направленности нагрузками.
28. Воздействие на организм спортсменов занятий с различными по величине и направленности нагрузками.
29. Сочетание в микроцикле занятий с различными по величине и направленности нагрузками.
30. Типы тренировочных мезоциклов.
31. Сочетание микроциклов в мезоцикле.
32. Особенности построения мезоциклов в тренировке женщин.
33. Виды и общая структура макроциклов.
34. Периодизация тренировки в отдельном макроцикле.
35. Общая структура многолетней подготовки и факторы, ее определяющие.
36. Тренировка на различных этапах многолетней подготовки.
37. Основные направления интенсификации тренировочного процесса в многолетней подготовке.
38. Общие положения технологии планирования в спорте.
39. Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах.
40. Планирование тренировочно-соревновательного процесса в годичном цикле.
41. Оперативное планирование.
42. Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями.
43. Контроль за состоянием подготовленности спортсмена.
44. Контроль за факторами внешней среды.
45. Учет в процессе спортивной тренировки.
46. Общая характеристика проблем спортивного отбора.
47. Особенности спортивного отбора на разных этапах многолетней подготовки.
48. Общие основы моделирования в спортивной подготовке.
49. Типы и виды моделей в спорте.
50. Дополнительные (внетренировочные и внесоревновательные) факторы в системе спортивной подготовки: состояние мест соревнований, инвентаря и оборудования, тренажеры, диагностическая и управляющая аппаратура.
51. Средства восстановления, стимуляции работоспособности и адаптационных процессов.
52. Спортивная тренировка в горных условиях.
53. Спортивная тренировка в условиях временной адаптации.
54. Спортивная тренировка в условиях жаркого и холодного климата

55. Диагностическая и управляющая аппаратура в системе спортивной подготовки.
56. История распространения допинга в спорте.
57. Допинговые средства и методы.
58. Распространение допинга в спорте.
59. Борьба МОК с применением допинга.
60. Деятельность Всемирного антидопингового агентства.

Вопросы к экзамену по дисциплине "Теория и методика физической культуры":

1. Пояснительная записка рабочей программы по физической культуре.
2. Основные учебные разделы примерной программы по физической культуре.
3. Общая характеристика учебного предмета, цель и образовательные задачи.
4. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета.
5. Планируемые результаты изучения предмета «Физическая культура».
6. Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане.
7. Результаты освоения учебного предмета «Физическая культура».
8. Содержание учебного предмета «Физическая культура».
9. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса по физической культуре.
10. Система оценивания предметных результатов по физической культуре.
11. Оценивание теоретических знаний по физической культуре.
12. Оценивание динамики развития физических качеств в зависимости от индивидуального уровня физического развития.
13. Оценивание учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.
14. Контроль и оценка планируемых результатов по физической культуре в начальной школе.
15. Критерии оценки успеваемости по технике владения двигательными действиями (умения и навыки).
16. Критерии оценки успеваемости по способам (умениям) осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.
17. Критерии оценки по успеваемости по основам знания.
18. Примерные основные образовательные программы по направлениям физическая культура и спорт.
19. Содержание примерных основных образовательных программ. Общие положения.
20. Характеристика профессиональной деятельности выпускников.
21. Общая характеристика образовательных программ, реализуемых в рамках направления подготовки.
22. Примерные основные образовательные программы по направлениям физическая культура и спорт.
23. Планируемые результаты освоения образовательной программы.
24. Примерная структура и содержание примерных основных образовательных программ.
25. Условия осуществления образовательной деятельности по примерным основным образовательным программам.
26. Пояснительная записка примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций.
27. Общая характеристика учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций.
28. Место учебной дисциплины «Физическая культура» в учебном плане для профессиональных образовательных организаций.
29. Результаты освоения учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций.

30. Содержание учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций.

31. Тематическое планирование учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций.

32. Характеристика основных видов деятельности студентов учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций.

33. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций.

34. Общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта (особенности реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта).

35. Дополнительные общеразвивающие программы в области физической культуры и спорта.

36. Дополнительные предпрофессиональные программы в области физической культуры и спорта.

37. Основные принципы и структура взаимодействия образовательных программ в сфере физической культуры и спорта и программ спортивной подготовки.

38. Профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта.

39. Интегрированные образовательные программы в области физической культуры и спорта.

40. Дополнительные общеразвивающие программы в области физической культуры и спорта.

41. Дополнительные предпрофессиональные программы в области физической культуры и спорта.

Примерные темы курсовых работ:

Показатели развития.....

- Выносливости (общей или специальной)
- Скоростных способностей (общей или специальной)
- Скоростно-силовых способностей (общей или специальной)
- Силовых способностей (общей или специальной)
- Гибкости (общей или специальной)
- Дифференцировочной способности
- Реагирующей способности
- Равновесия
- Ритмической способности
- Способности к переключению движений
- Пространственно-ориентировочной способности

У мальчиков или девочек.....

Возраста (вид спорта или физическое воспитание в школе), занимающихся.....

6.2 Критерии оценивания компетенций:

Таблица 4

Карта критериев оценивания компетенций

№ п/п	Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения	Оценочные материалы	Критерии оценивания

1	<p>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</p>	<p>Знает положения теории физической культуры, определяющих методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся.</p> <p>Знает специфику планирования его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования.</p> <p>Знает целевые результаты и параметры применяемых нагрузок.</p> <p>Знает методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования.</p> <p>Знает основные и дополнительные формы занятий физическими упражнениями.</p> <p>Знает документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на различных стадиях и этапах.</p> <p>Знает организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования.</p> <p>Знает организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту.</p>	<p>Контрольные вопросы по темам</p> <p>Ситуационные задания</p>	<p>Полнота изложения материала.</p> <p>Последовательность изложения.</p> <p>Владение речью и терминологией.</p> <p>Умение иллюстрировать материал конкретными примерами.</p> <p>Умение делать обобщение, выводы, сравнение.</p> <p>Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов.</p> <p>Лаконичность изложения.</p> <p>– соответствие выполненного задания поставленным задачам;</p>
		<p>Умеет планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой.</p>		

		<p>Умеет формулировать цели и различные задачи учебно-воспитательного занятия физическими упражнениями и организовывать их решение с использованием средств и методов, соответствующих возрастным и индивидуальным особенностям обучающихся и занимающихся.</p> <p>Умеет 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 дня и вне учебного времени.</p> <p>Умеет определять формы, методы и средства оценивания процесса деятельности занимающихся при освоении образовательных программ начального, основного общего и среднего общего (полного) образования.</p>		<p>– соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания;</p> <p>уровень владения материалом задания при ответах на вопросы</p>
2	ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	<p>Знает особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса.</p> <p>Знает педагогические критерии спортивной ориентации и отбора.</p> <p>Знает особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов.</p>	Контрольные вопросы по темам	<p>Полнота изложения материала.</p> <p>Последовательность изложения.</p> <p>Владение речью и терминологией.</p> <p>Умение иллюстрировать материал конкретными примерами.</p> <p>Умение делать обобщение, выводы, сравнение.</p> <p>Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов.</p> <p>Лаконичность изложения.</p>

		Умеет использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом.	Ситуационные задания	– соответствие выполненного задания поставленным задачам; – соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания; уровень владения материалом задания при ответах на вопросы
3	ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	Знает основные слагаемые педагогического контроля, методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации полученных данных, их фиксации. Знает систему оценивания обучающихся в процессе освоения основных и дополнительных образовательных программ по физической культуре и спорту. Знает нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО.	Контрольные вопросы по темам	Полнота изложения материала. Последовательность изложения. Владение речью и терминологией. Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. Умение делать обобщение, выводы, сравнение. Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов. Лаконичность изложения.
		Умеет подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической и технической подготовленности обучающихся и занимающихся. Умеет подобрать критерии оценки личностных, предметных и метапредметных результатов освоения ООП. Умеет планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при освоении	Ситуационные задания	– соответствие выполненного задания поставленным задачам; – соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания; уровень владения материалом задания при ответах на вопросы

		основных и дополнительных программ по физической культуре и спорту в системе общего и профессионального образования. Умеет оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля.		
4	ОПК-11. Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности	Знает источники получения информации, направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта. Знает методы оценки результатов учебно-воспитательного процесса, методы и организацию комплексного контроля в физическом воспитании и спортивной подготовке.	Контрольные вопросы по темам	Полнота изложения материала. Последовательность изложения. Владение речью и терминологией. Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. Умение делать обобщение, выводы, сравнение. Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов. Лаконичность изложения.
		Умеет собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле и методическом обеспечении образовательных и тренировочных процессов. Умеет анализировать и оценивать эффективность учебно-воспитательной и физкультурно-оздоровительной деятельности.	Ситуационные задания	– соответствие выполненного задания поставленным задачам; – соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания; уровень владения материалом задания при ответах на вопросы
5	ОПК-14. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль	Знает систему организации учебного и тренировочного процесса по физической культуре.	Контрольные вопросы по темам	Полнота изложения материала. Последовательность изложения.

	<p>тренировочного образовательного процесса</p>	<p>и Знает порядок разработки учебно-программной документации по образовательному и тренировочному процессам по физической культуре и спорту. Знает содержание методического обеспечения образовательного и тренировочного процессов в области физической культуры и спорта. Знает основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации. Знает показатели, характеризующие эффективность проведения тренировочного и образовательного процессов. Знает особенности оценивания результатов тренировочного и образовательного процессов.</p>		<p>Владение речью и терминологией. Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. Умение делать обобщение, выводы, сравнение. Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов. Лаконичность изложения.</p>
		<p>Умеет изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта. Умеет определять и планировать содержание методического обеспечения в образовательном и тренировочном процессе по физической культуре и спорту. Умеет осуществлять контроль за соответствием содержания занятий поставленным целям и задачам в образовательном и тренировочном процессе по физической культуре и спорту.</p>	<p>Ситуационные задания</p>	<p>– соответствие выполненного задания поставленным задачам; – соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания; уровень владения материалом задания при ответах на вопросы</p>
6	<p>ПК-1. Способен разрабатывать и реализовывать</p>	<p>и Знает положения теории физической культуры, определяющих методику</p>	<p>Контрольные вопросы по темам</p>	<p>Полнота изложения материала.</p>

образовательные программы начального, основного, среднего общего образования, дополнительного образования детей в области физической культуры и спорта	проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся. Знает специфику планирования, 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.		Последовательность изложения. Владение речью и терминологией. Умение иллюстрировать материал конкретными примерами. Умение делать обобщение, выводы, сравнение. Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов. Лаконичность изложения.
	Умеет планировать тренировочный процесс на разных стадиях и этапах, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта.	Ситуационные задания	– соответствие выполненного задания поставленным задачам; – соответствие требованиям к объёму и полноте выполненного задания; уровень владения материалом задания при ответах на вопросы

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

7.1 Основная литература:

1. Теория и методика физической культуры: учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2019. — 160 с. — ISBN 2227-8397. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/95431.html> (дата обращения: 25.05.2020). — Режим доступа: по подписке.

7.2 Дополнительная литература:

1. Бабушкин, Г. Д. Общая теория спорта: современные концепции подготовки спортсменов: учебник / Г. Д. Бабушкин. — Саратов: Вузовское образование, 2020. — 294 с. — ISBN 978-5-4487-0679-0. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/91118.html> (дата обращения: 25.05.2020). — Режим доступа: по подписке.

2. Платонов, В. Н. Двигательные качество и физическая подготовка спортсмена : монография / В. Н. Платонов. — Москва : Спорт-Человек, 2019. — 656 с. — ISBN 978-5-9500183-3-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/114613> (дата обращения: 25.05.2020). — Режим доступа: по подписке.

7.3 Интернет-ресурсы:

1. Научный портал "ТЕОРИЯ.РУ". - <http://teoriya.ru/>
2. Спортивный психолог <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>

7.4 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Clarivate Analytics – Web of Science Core Collection. Поставщик контента: ФГБУ «Государственная публичная научно-техническая библиотека России». https://apps.webofknowledge.com/WOS_GeneralSearch_input.do?product=WOS&search_mode=GeneralSearch&SID=C2ivzMxspGLnBiQvQWN&preferencesSaved=
2. Межвузовская электронная библиотека (МЭБ) <https://icdlib.nspu.ru/>
3. Национальная электронная библиотека <https://rusneb.ru/>
4. Научная электронная библиотека <https://www.elibrary.ru/>

8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю)

- Лицензионное ПО, в том числе отечественного производства: платформа для электронного обучения Microsoft Teams, Microsoft Office 365, Пакет Adobe Creative Cloud: Photoshop, Illustrator, InDesign, Premiere, After Effects, Acrobat Pro и пр.
- Свободно распространяемое ПО, в том числе отечественного производства: не используется

9. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Для проведения лекционных и семинарских занятий необходима аудитория, укомплектованная учебной мебелью (парты, стулья); оснащённая, техническими средствами обучения (компьютер, мультимедийное оборудование) и доской (грифельная или мультимедийная).