

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Романчук Иван Сергеевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 17.10.2023 13:56:42
Уникальный программный ключ:
6319edc2b582ffdacea443f01d5779368d0957ac34f5cd074d81181530452479

ФГАОУ ВО «ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДЕНО
Заместителем директора по учебно-методической работе института физической культуры
Симоновой Е.А.
РАЗРАБОТЧИКИ
Прокопьев Н.Я., Речапов Д.С., Дуров А.М.

Медико-биологические основы физической культуры и спорта
Рабочая программа
для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура
профиль подготовки «Физическая культура и спорт»
реализуемым по индивидуальным образовательным траекториям на основе модели «2+2»
форма обучения (очная, заочная)

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

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

ОПК-2; ОПК-6; ОПК-7; ОПК- 8; ОПК-9.

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

В результате освоения предмета выпускник должен обладать следующими компетенциями:

ЗНАНИЯ:

- общие понятия о здоровье и болезни; о сохранении, укреплении и преумножении здоровья; основные слагаемые здорового образа жизни;
- противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей;
- основы оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации;
- осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся;
- методы оценки функционального состояния сердечно-сосудистой системы, дыхательной системы, вегетативной и нервной системы;

УМЕНИЯ:

- оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях;
- распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью;
- оценивать показатели физического развития;
- определить и оценить тип реакции сердечно-сосудистой системы в ответ на дозированную физическую нагрузку;
- определять физическую работоспособность с помощью специальных проб и тестов. Определить максимальное потребление кислорода.

НАВЫКИ:

- определения показателей индивидуального здоровья и использование методов его оценки;
- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом;
- оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;
- оценки функционального состояния сердечно-сосудистой, дыхательной и вегетативной нервной систем;
- врачебно-педагогических наблюдений за лицами, занимающимися физической культурой и спортом.

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Очная форма обучения

Таблица 1

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) | | |
|--|-----------------|-------------|---------------------------------|---------|--------------------------|
| | | | 6 | 7 | 8 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 12 | 4 | 4 | 4 |
| | час | 432 | 144 | 144 | 144 |
| Из них: | | | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 202 | 72 | 64 | 66 |
| Лекции | | 90 | 36 | 32 | 22 |
| Практические занятия | | 112 | 36 | 32 | 44 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 230 | 72 | 80 | 78 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | | Дифференцированный зачет | Экзамен | Дифференцированный зачет |

Таблица 1.1

Заочная форма обучения

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) | | |
|--|-----------------|-------------|---------------------------------|---------|--------------------------|
| | | | 6 | 7 | 8 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 12 | 4 | 4 | 4 |
| | час | 432 | 144 | 144 | 144 |
| Из них: | | | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 52 | 16 | 18 | 18 |
| Лекции | | 24 | 8 | 8 | 8 |
| Практические занятия | | 28 | 8 | 10 | 10 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 380 | 128 | 126 | 126 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | | Дифференцированный зачет | Экзамен | Дифференцированный зачет |

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

Очная форма обучения

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак. часов по теме |
|----|---|------------------------------------|----------------------|---|------------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 1 | Здоровье и определяющие его факторы. Показатели здоровья, их определение и оценка | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 2 | Оценка типов работоспособности у человека (жаворонки, совы, голуби). Определение параметров биоритмов (мезора, амплитуды, акрофазы) ЧСС, температура тела | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 3 | Переход к здоровому образу жизни, как объективная необходимость | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 4 | Определение первой медицинской помощи при острых отравлениях | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 5 | Биосоциальные основания здорового образа жизни | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 6 | Термические повреждения. Оказание первой медицинской помощи | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 7 | Задающие факторы здорового образа жизни | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 8 | Закрытые повреждения. Первая медицинская помощь | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 9 | Двигательная активность - ведущий фактор здорового образа жизни | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 10 | Утопления, оказание первой медицинской помощи | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 11 | Пути формирования режима двигательной активности юношей и девушек | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 12 | Отравления при укусах ядовитых змей и насекомых. Укусы животных | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 13 | Оздоровительные технологии. Оздоровительные технологии у людей различных возрастных периодов | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 14 | Характеристика инфекционного процесса | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 15 | Факторы, отрицательно влияющие на здоровье человека | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 16 | Простейшие медицинские манипуляции | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 17 | Болезни кардио-респираторной | 2 | 0 | 0 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|----|----|---|----|
| | системы | | | | |
| 18 | Кровотечения | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 19 | Повреждения головы и позвоночника | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 20 | Общая и частная десмургия | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 21 | Повреждения и заболевания грудной клетки и органов брюшной полости | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 22 | Переломы костей. Первая медицинская помощь при переломах | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 23 | Методы оздоровления и укрепления здоровья: рациональное питание, физическая культура и закаливание | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 24 | Реанимация. Простейшие реанимационные мероприятия | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 25 | Вредные привычки, их роль в формировании здоровья. Злоупотребление психоактивными веществами | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 26 | Массаж, его виды и применение | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 27 | Основные понятия биомеханики. Кинематика движений человека. Динамика движений человека | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 28 | Мышечно-скелетная система. Строение отдельных элементов тела человека | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 29 | Механическая работа и энергия при движениях человека | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 30 | Основы биомеханического контроля. Измерения в биомеханике | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 31 | Биомеханические особенности моторики человека | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 32 | Возрастная и спортивная морфология | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 33 | Медико-педагогические подходы в оценке типов конституции человека | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 34 | Определение компонентов тела | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 35 | Особенности строения тела у спортсменов различных специализаций | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 36 | Определение физического развития методом индексов | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 37 | Консультация | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 38 | Аттестация 1 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Часов в 7 семестре | 32 | 32 | 0 | 64 |
| | Медико-биологические основы физической культуры и спорта_7 | 32 | 32 | 0 | 64 |
| 1 | Понятие о здоровье, болезни и иммунной реактивности | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 2 | Основы общей патологии. Понятие о здоровье, болезни и иммунной реактивности | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 3 | Доврачебная медицинская помощь при травмах, связанных с занятиями | 2 | 0 | 0 | 2 |

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|
| | физкультурой и спортом | | | | |
| 4 | Доврачебная медицинская помощь при травмах, связанных с занятиями физкультурой и спортом | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 5 | Методы исследований, применяемые во врачебном контроле | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 6 | Методы исследований, применяемые во врачебном контроле | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 7 | Морфо-функциональные особенности систем организма спортсмена | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 8 | Оценка физического развития | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 9 | Динамические медицинские наблюдения за спортсменами с учетом возраста и пола | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 10 | Функциональные проб используемые для оценки физического состояния спортсменов | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 11 | Врачебный контроль за лицами разного пола и возраста | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 12 | Типы реакций ССС на физическую нагрузку | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 13 | Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 14 | Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 15 | Функциональные пробы дыхательной системы | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 16 | Функциональные пробы дыхательной системы | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 17 | Исследование функционального состояния нервной системы. Оценка. Документация | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 18 | Функциональные пробы вегетативной нервной системы | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 19 | Понятие о физической работоспособности | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 20 | Исследование функционального состояния нервной системы | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 21 | Определение физической работоспособности по Гарвардскому степ-тесту (ИГСТ) | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 22 | Понятие о физической работоспособности | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 23 | Специфические нагрузки для тестирования физической работоспособности. Специфические нагрузки циклического характера | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 24 | Определение физической работоспособности по тесту PWC 170 | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 25 | Определение физической работоспособности по Гарвардскому | 2 | 0 | 0 | 2 |

| | | | | | |
|----|---|----|----|---|----|
| | степ-тесту (ИГСТ) | | | | |
| 26 | Определение физической работоспособности. Тесты Новакки и Купера | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 27 | Врачебно-педагогические наблюдения | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 28 | Врачебно-педагогические наблюдения | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 29 | Лекарственные средства в спортивной медицине | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 30 | Лекарственные средства в спортивной медицине | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 31 | Антидопинговый контроль в спорте | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 32 | Антидопинговый контроль в спорте | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 33 | Консультация перед экзаменом | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 34 | Медико-биологические основы физической культуры и спорта | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Часов в 8 семестре | 22 | 44 | 0 | 66 |
| | Медико-биологические основы физической культуры и спорта | 22 | 44 | 0 | 66 |
| 1 | Введение. Общие основы кинезиотерапии | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 2 | ЛФК как фактор функциональной патогенетической терапии и средство медицинской, социальной и трудовой реабилитации | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 3 | Периодизация в системе реабилитации больных | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 4 | Особенности ЛФК с различными возрастными группами | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 5 | Особенности ЛФК с различными возрастными группами | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 6 | ЛФК при заболеваниях суставов | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 7 | Лечебная физкультура в травматологии | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 8 | Лечебная физкультура в травматологии | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 9 | Лечебная физкультура в травматологии | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 10 | ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 11 | ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 12 | ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 13 | ЛФК при гипертонической болезни | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 14 | ЛФК при гипертонической болезни | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 15 | ЛФК при гипертонической болезни | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 16 | ЛФК при заболеваниях органов дыхания | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 17 | ЛФК при заболеваниях органов дыхания | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 18 | ЛФК при заболеваниях органов | 0 | 2 | 0 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|----|-----|---|-----|
| | дыхания | | | | |
| 19 | ЛФК при нарушениях обмена веществ | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 20 | ЛФК при нарушениях обмена веществ | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 21 | ЛФК при нарушениях обмена веществ | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 22 | ЛФК при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата у детей | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 23 | ЛФК при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата у детей | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 24 | ЛФК при нарушениях осанки | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 25 | Влияние массажа на организм | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 26 | Влияние массажа на организм | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 27 | Влияние массажа на организм | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 28 | Приёмы массажа | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 29 | Классификация и приёмы массажа | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 30 | Классификация и приёмы массажа | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 31 | Кинезиологическое тейпирование как средство адаптивной физической культуры | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 32 | Кинезиологическое тейпирование как средство адаптивной физической культуры | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 33 | Кинезиологическое тейпирование как средство адаптивной физической культуры | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 34 | Консультация | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 35 | Медико-биологические основы физической культуры и спорта (3) | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого (ак.часов) | 90 | 112 | 0 | 202 |

Таблица 2.2

Заочная форма обучения

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак. час.) | | | |
|---------------------------------|---|-------------------------------------|--------------|----------------|------------------------------------|
| | | Лекции | Практические | Лабораторные / | Итого аудиторных ак. часов по теме |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 6 семестр | | | | | |
| 1 | Здоровье и определяющие его факторы | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 2 | Оценка типов работоспособности у человека(жаворонки, совы, голуби). Определение параметров биоритма (мезора, амплитуды, акрофазы) ЧСС, температуры тела | 2 | 2 | 0 | 4 |
| 3 | Оказание первой медицинской помощи при острых отравлениях | 2 | 2 | 0 | 4 |
| 4 | Задающие факторы здорового образа жизни | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 5 | Утопления, оказание первой медицинской помощи | 2 | 2 | 0 | 4 |
| 6 | Факторы, отрицательно влияющие на здоровье человека | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 7 | Кровотечения. Виды кровотечений. Способы временной остановки наружного кровотечения. Остановка кровотечений подручными средствами. Окончательная остановка кровотечений | 2 | 2 | 0 | 4 |
| 8 | Оздоровительные технологии у людей различных возрастных периодов | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 9 | Переломы костей. Первая медицинская помощь при переломах | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Консультация | 2 | | | |
| 10 | Дифференцированный зачет | 4 | 0 | 0 | 0 |
| Итого (часов) в семестре | | 8 | 8 | 0 | 16 |
| 7 семестр | | | | | |
| 1 | Основы общей патологии. Понятие о здоровье, болезни и иммунной реактивности. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 2 | Методы исследований, применяемые во врачебном контроле. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 3 | Морфофункциональные особенности систем организма | 0 | 2 | 0 | 2 |

| | | | | | |
|----|---|-----------|-----------|----------|-----------|
| | спортсмена. | | | | |
| 4 | Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 5 | Понятие о физической работоспособности. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 6 | Понятие о физической работоспособности. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 7 | Лекарственные средства в спортивной медицине. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 8 | Особенности тестирования физической работоспособности у детей и подростков. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 9 | Антидопинговый контроль в спорте. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| | Итого (часов) в семестре | 8 | 10 | | 18 |
| 10 | Консультация | 2 | 0 | 0 | 0 |
| 11 | Экзамен | 9 | | | |
| | 8 семестр | | | | |
| 1 | Введение. Общие основы кинезиотерапии | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 3 | Особенности ЛФК с различными возрастными группами. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 5 | Лечебная физкультура в травматологии. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 7 | ЛФК при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата у детей. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 8 | ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 12 | ЛФК и массаж в системе реабилитации спортивной травмы. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 13 | Влияние массажа на организм. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 15 | Классификация и приёмы массажа. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 17 | Кинезиологическое тейпирование как средство адаптивной физической культуры. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| | Итого (часов) в семестре | 8 | 10 | | 18 |
| 18 | Консультация | 2 | 0 | 0 | 0 |
| | Дифференцированный зачет | 4 | | | |
| | Итого (часов) | 24 | 28 | 0 | 54 |

4. Система оценивания.

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течение семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме дифференцированного зачёта в 6 и 8 семестре, экзамена в 7 семестре.

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- от 0 до 60 баллов – «не зачтено»;
- от 61 до 100 баллов – «зачтено».

- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
- от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 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. — Электрон. дан. (1 файл). — Москва: Издательство «Спорт», Человек, 2018 — 712 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/77241.html> > (дата обращения: 25.09.2022).

2. Вайнер, Э. Н. Лечебная физическая культура: Учебник. — 1. — Москва; Москва: Издательство "Флинта": Издательство "Наука", 2009 — 424 с. — ВО - Бакалавриат. — URL:<http://znanium.com/go.php?id=331823> > (дата обращения: 25.09.2022).

Практическая спортивная медицина для тренеров / М.Г. Авдеева [и др.]. — Москва : Издательство «Спорт», 2022. — 624 с. — ISBN 978-5-907225-85-5. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/121107.html> (дата обращения: 25.09.2022).

5.2 Электронные образовательные ресурсы:

1. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту <http://lib.sportedu.ru/>
2. Библиотека естественных наук РАН <http://www.benran.ru/>
3. <http://www.libfl.ru/>
4. Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского <http://www.gnpbu.ru/>
5. Российская государственная библиотека <http://www.rsl.ru>
6. <http://massage.ru/>
7. <http://www.sportmedicine.ru/>
8. <http://www.massagemag.ru/>

6. 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/>

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная

мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная.

ФГАОУ ВО «ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДЕНО

Заместителем директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

Симоновой Е.А.

РАЗРАБОТЧИК

Насонов В.В.

Менеджмент физической культуры и спорта

Рабочая программа

для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура

профиль подготовки «Физическая культура и спорт»

реализуемым по индивидуальным образовательным траекториям на основе модели «2+2»
форма обучения (очная, заочная)

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

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

ОПК-10, ОПК-12, ОПК-15, ПК-4.

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Знания:

функций конструктивных взаимоотношений между участниками образовательного процесса, стилей общения адекватных контингенту учащихся и педагогическим задачам, структуры организации взаимодействия между участниками образовательного процесса, основ эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе; ОПК-10;

нормативных правовых актов отечественного законодательства в сфере спорта и физической культуры, норм международных и отечественных профессионально-этических стандартов, этических видов, особенностей, требований, функции и принципов профессиональной этики, содержания документов, необходимых для материально-технического оснащения, в соответствии с правовыми и санитарно-гигиеническими нормами проведения занятий; ОПК-12;

содержания материально-технической и финансовой стороны оснащения занятий, содержание документов, необходимых для материально-технического оснащения соревнований, спортивно-массовых мероприятий в соответствии с правовыми и санитарно-гигиеническими нормами проведения данных мероприятий; ОПК-15.

основ распределения задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды); методов разработки оперативных планов работы первичных структурных подразделений; технологий организации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий; технологий реализации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий; приёмов реализации деятельности и взаимодействия всех групп организаторов массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий; ПК-4.

Умения:

демонстрировать лидерские качества в коллективе при организации мероприятий в области физической культуры и спорта, организовывать совместную деятельность и грамотно освещать проблемы профессиональной деятельности при проведении мероприятий; ОПК-10.

анализировать и оценивать законодательные инициативы, использовать в профессиональной практике положения российских и международных документов, нормативно-правовых актов, рекомендательных документов, анализировать конкретные ситуации, возникающие в повседневной практике образовательных и спортивных учреждений; ОПК-12.

оценивать соответствие спортивных сооружений санитарно-гигиеническим нормам и специальным требованиям к материально-техническому оснащению занятий, сотрудничать с ответственными группами при организации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий для эффективного профессионального взаимодействия с участниками спортивно-массовых мероприятий; ОПК-15.

составлять документы, необходимые при организации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий, корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных ситуациях,

выявлять связи взаимодействия ответственных групп при организации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий для эффективного профессионального взаимодействия с участниками оздоровительных и культурно-просветительских программ; ПК-4.

Навыки:

осуществления действий по планированию взаимодействия с коллегами, выбора и реализации того или иного стиля общения; ОПК-10.

составления планируемой документации, организовывать и проводить массовые физкультурные мероприятия в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта, работы с информацией о способах осуществления физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с нормами профессиональной этики, выстраивания образовательных отношений в соответствии с этическими нормами профессиональной деятельности; ОПК-12.

разработки плана модернизации оснащения спортивного зала, выбирать оборудование, выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря, организации соревнований и спортивно-массовых мероприятий, соблюдая правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; ОПК-15.

разработки оперативных планов и документооборота, составления документов, необходимых при проведении массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий, выявления связей взаимодействия ответственных групп при реализации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий для эффективного профессионального взаимодействия с участниками оздоровительных и культурно-просветительских программ; ПК-4.

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

ОФО

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--|-----------------|-------------|---------------------------------|
| | | | 6 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 4 | 4 |
| | час | 144 | 144 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 72 | 72 |
| Лекции | | 18 | 18 |
| Практические занятия | | 54 | 54 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 0 | 0 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 72 | 72 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | | Экзамен |

ЗФО

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--|----------|-------------|---------------------------------|
| | | | 6 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 4 | 4 |
| | час | 144 | 144 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 16 | 16 |
| Лекции | | 8 | 8 |
| Практические занятия | | 8 | 8 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 0 | 0 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 128 | 128 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | | Экзамен |

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

ОФО

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|---|---|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 6 семестре | 18 | 54 | 0 | 72 |
| | Менеджмент физической культуры и спорта | 18 | 54 | 0 | 72 |
| 1 | МЕНЕДЖМЕНТ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 2 | МЕНЕДЖМЕНТ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 0 | 6 | 0 | 6 |
| 3 | МЕНЕДЖМЕНТ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 0 | 6 | 0 | 6 |
| 4 | ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ МЕНЕДЖМЕНТА В | 2 | 0 | 0 | 2 |

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|
| | СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | | | | |
| 5 | ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ МЕНЕДЖМЕНТА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 0 | 6 | 0 | 6 |
| 6 | ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ МЕНЕДЖМЕНТА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 0 | 6 | 0 | 6 |
| 7 | ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ МЕНЕДЖМЕНТА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 8 | ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ МЕНЕДЖМЕНТА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 0 | 6 | 0 | 6 |
| 9 | ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ МЕНЕДЖМЕНТА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 0 | 4 | 0 | 4 |
| 10 | ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ КАК СОЦИАЛЬНАЯ СИСТЕМА | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 11 | ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ КАК СОЦИАЛЬНАЯ СИСТЕМА | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 12 | ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ КАК СОЦИАЛЬНАЯ СИСТЕМА | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 13 | СИСТЕМНЫЙ ХАРАКТЕР МЕНЕДЖМЕНТА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 14 | СИСТЕМНЫЙ ХАРАКТЕР МЕНЕДЖМЕНТА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 15 | СИСТЕМНЫЙ ХАРАКТЕР МЕНЕДЖМЕНТА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 16 | МЕНЕДЖМЕНТ В ЗАРУБЕЖНОМ СПОРТЕ | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 17 | МЕНЕДЖМЕНТ В ЗАРУБЕЖНОМ СПОРТЕ | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 18 | МЕНЕДЖМЕНТ В ЗАРУБЕЖНОМ СПОРТЕ | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 19 | Управленческие решения в менеджменте | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 20 | Управленческие решения в менеджменте | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 21 | Управленческие решения в менеджменте | 0 | 2 | 0 | 2 |

| | | | | | |
|----|---|----|----|---|----|
| 22 | ПЛАНИРОВАНИЕ В СИСТЕМЕ МЕНЕДЖМЕНТА | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 23 | ПЛАНИРОВАНИЕ В СИСТЕМЕ МЕНЕДЖМЕНТА | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 24 | ПЛАНИРОВАНИЕ В СИСТЕМЕ МЕНЕДЖМЕНТА | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 25 | ОРГАНИЗАЦИЯ КАК ФУНКЦИЯ МЕНЕДЖМЕНТА | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 26 | Консультация по экзамену | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 27 | МЕНЕДЖМЕНТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого (ак.часов) | 18 | 54 | 0 | 72 |

Таблица 2.1

ЗФО

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|---|---|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 6 семестре | 8 | 8 | 0 | 16 |
| | Менеджмент физической культуры и спорта | 8 | 8 | 0 | 16 |
| 1 | МЕНЕДЖМЕНТ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 2 | МЕНЕДЖМЕНТ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 3 | МЕНЕДЖМЕНТ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 4 | ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ МЕНЕДЖМЕНТА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 5 | ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ МЕНЕДЖМЕНТА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 6 | ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ МЕНЕДЖМЕНТА В | 0 | 0 | 0 | 0 |

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|
| | СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | | | | |
| 7 | ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ МЕНЕДЖМЕНТА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 8 | ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ МЕНЕДЖМЕНТА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 9 | ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ МЕНЕДЖМЕНТА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 10 | ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ КАК СОЦИАЛЬНАЯ СИСТЕМА | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 11 | ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ КАК СОЦИАЛЬНАЯ СИСТЕМА | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 12 | ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ КАК СОЦИАЛЬНАЯ СИСТЕМА | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 13 | СИСТЕМНЫЙ ХАРАКТЕР МЕНЕДЖМЕНТА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 14 | СИСТЕМНЫЙ ХАРАКТЕР МЕНЕДЖМЕНТА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 15 | СИСТЕМНЫЙ ХАРАКТЕР МЕНЕДЖМЕНТА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 16 | МЕНЕДЖМЕНТ В ЗАРУБЕЖНОМ СПОРТЕ | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 17 | МЕНЕДЖМЕНТ В ЗАРУБЕЖНОМ СПОРТЕ | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 18 | МЕНЕДЖМЕНТ В ЗАРУБЕЖНОМ СПОРТЕ | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 19 | Управленческие решения в менеджменте | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 20 | Управленческие решения в менеджменте | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 21 | Управленческие решения в менеджменте | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 22 | ПЛАНИРОВАНИЕ В СИСТЕМЕ МЕНЕДЖМЕНТА | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 23 | ПЛАНИРОВАНИЕ В СИСТЕМЕ МЕНЕДЖМЕНТА | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 24 | ПЛАНИРОВАНИЕ В СИСТЕМЕ МЕНЕДЖМЕНТА | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 25 | ОРГАНИЗАЦИЯ КАК ФУНКЦИЯ МЕНЕДЖМЕНТА | 0 | 0 | 0 | 0 |

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|----|
| 26 | Консультация по экзамену | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 27 | МЕНЕДЖМЕНТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого (ак.часов) | 8 | 8 | 0 | 16 |

4. Система оценивания.

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течение семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме собеседования.

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
- от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 Литература:

1. Гуськов, Ю. В. Основы менеджмента : учебник / Ю.В. Гуськов. — Москва : ИНФРА-М, 2020. — 263 с. - URL: <https://new.znanium.com/read?id=349438> (дата обращения: 23.09.2022)

2. Егоршин А. П. Основы менеджмента : учебник / А.П. Егоршин. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : ИНФРА-М, 2018. — 350 с. - URL: <https://new.znanium.com/read?id=75486> (дата обращения: 23.09.2022)

3. Филиппов, С. С. Менеджмент физической культуры и спорта : учебник для вузов / С. С. Филиппов. — 4-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 234 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12771-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492462> (дата обращения: 23.09.2022).

4. Филиппов С.С. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта : учебное пособие / С.С. Филиппов. — 2-е изд., доп. и испр. — Москва : Советский спорт, 2015. — 240 с. - URL: <https://e.lanbook.com/reader/book/69804/#1> (дата обращения: 23.09.2022).

5.2 Электронные образовательные 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.

6. 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/>

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

ФГАОУ ВО «ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДЕНО

Заместителем директора по
учебно-методической работе
института физической культуры
Симоновой Е.А.

РАЗРАБОТЧИКИ

Черкасов В.В., Тажиева Л.Б.

Научно-методическая деятельность в профессиональной сфере
Рабочая программа
для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура
профиль подготовки «Физическая культура и спорт»
реализуемым по индивидуальным образовательным траекториям на основе модели «2+2»
форма обучения (очная, заочная)

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

1.1. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины (модуля): ОПК-11, ОПК-14

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Знания:

- методов организации и проведения научно-исследовательской деятельности;
- методов и организацию комплексного контроля в физическом воспитании и спортивной подготовке;
- методов оценки спортивной подготовленности и качества учебно-воспитательного процесса;
- основных положения теории тестирования, требования к процедуре тестирования;
- методов математической статистики, используемые при обработке результатов исследования в физической культуре и спорте;

Умения:

- применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе физкультурно-спортивной деятельности;
- осуществлять контроль за уровнем физической и технико-тактической подготовленности у занимающихся физической культурой и спортсменов;
- грамотно оформлять библиографическое описание научно-методической литературы и ссылки на нее;
- оформлять результаты научно-исследовательской деятельности в виде таблиц, рисунков (графики, диаграммы) и их анализа;
- проводить математико-статистическую обработку и анализ результатов тестирования.

Навыки:

- осуществления поиска необходимой нормативной документации;
- рационального применения учебного и лабораторного оборудования, аудио-визуальных средств, компьютерной техники, тренажерных устройств и специальной аппаратуры в процессе различных видов занятий;
- организации и проведения научно-исследовательской работы по проблемам физического воспитания, оздоровительной физической культуры и спортивной тренировки;
- применения метрологически обоснованных средств и методов измерения и контроля в физическом воспитании и спорте;
- грамотного использования методов математической статистики для обработки и анализа показателей физической, технической и других видов подготовленности спортсменов и их соревновательных и тренировочных нагрузок.

2. Структура и трудоемкость дисциплины ОФО

Таблица 1

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|---------------------------|-----------------|-------------|---------------------------------|
| | | | 8 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 4 | 4 |
| | час | 144 | 144 |
| Из них: | | | |

| | | |
|--|----|--------------------------|
| Часы аудиторной работы (всего): | 66 | 66 |
| Лекции | 22 | 22 |
| Практические занятия | 44 | 44 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | 0 | 0 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | 78 | 78 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | Дифференцированный зачет |

ЗФО

Таблица 1.1

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--|-----------------|-------------|---------------------------------|
| | | | 8 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 4 | 4 |
| | час | 144 | 144 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 18 | 18 |
| Лекции | | 8 | 8 |
| Практические занятия | | 10 | 10 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 0 | 0 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 126 | 126 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | | Дифференцированный зачет |

3. Содержание дисциплины ОФО

Таблица 2

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак. часов по теме |
|---|-------------------------|------------------------------------|----------------------|---|------------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 8 семестре | 22 | 44 | 0 | 66 |

| | | | | | |
|----|--|----|----|---|----|
| | Научно-методическая деятельность в профессиональной сфере | 22 | 44 | 0 | 66 |
| 1 | Учебная, научная и методическая деятельность в процессе профессиональной подготовки педагогических кадров в области физической культуры и спорта | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 2 | Учебная, научная и методическая деятельность в процессе профессиональной подготовки педагогических кадров в области физической культуры и спорта | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 3 | Общая характеристика научной деятельности в области физической культуры и спорта | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 4 | Публикация результатов исследования | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 5 | Основные методологические принципы научного исследования | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 6 | Реализация методологических принципов научного исследования в области физической культуры и спорта | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 7 | Научно-методическая деятельность в области физической культуры и спорта | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 8 | Методы получения ретроспективной информации | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 9 | Анализ научно-методической литературы, документальных и архивных материалов | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 10 | Экспериментальные исследования в сфере физической культуры и спорта | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 11 | Педагогический эксперимент как метод педагогического исследования | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 12 | Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 13 | Психологические методы, используемые в исследованиях проблем физической культуры и спорта | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 14 | Теоретические методы исследования | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 15 | Методы опытно-экспериментального исследования в области физической культуры и спорта | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 16 | Эмпирические методы исследования в сфере физической культуры и спорта | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 17 | Методы исследования: измерения, тестирование, оценивание | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 18 | Методы исследования: измерения, тестирование, оценивание | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 19 | Характеристика технической | 0 | 2 | 0 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|----|----|---|----|
| | подготовленности спортсменов | | | | |
| 20 | Инструментальные методы исследования в физической культуре и спорте | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 21 | Инструментальные методы исследования в физической культуре и спорте | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 22 | Инструментальные методы исследования в физической культуре и спорте | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 23 | Физиометрические и соматометрические методы изучения физического состояния | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 24 | Медико-биологические и физиологические методы исследования | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 25 | Методы исследования функционального состояния вегетативной нервной системы спортсменов, методики измерений и принципы оценки | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 26 | Методы исследования функционального состояния кардиореспираторной системы | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 27 | Методы исследования функционального состояния кардиореспираторной системы | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 28 | Методы исследования физической работоспособности | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 29 | Методы исследования тренировочного и соревновательного процесса | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 30 | Обработка результатов, получаемой в процессе исследовательской работы в области физической культуры и спорта | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 31 | Математико-статистические методы | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 32 | Литературно-графическое оформление научной работы | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 33 | Презентация результатов исследования | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 34 | Консультация | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 35 | Зачет с оценкой | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого (ак. часов) | 22 | 44 | 0 | 66 |

Таблица 2.1

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|----|--|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 8 семестре | 8 | 10 | 0 | 18 |
| | Научно-методическая деятельность в профессиональной сфере | 8 | 10 | 0 | 18 |
| 1 | Учебная, научная и методическая деятельность в процессе профессиональной подготовки педагогических кадров в области физической культуры и спорта | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 2 | Методы получения ретроспективной информации | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 3 | Психологические методы, используемые в исследованиях проблем физической культуры и спорта | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 4 | Методы исследования тренировочного и соревновательного процесса | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 5 | Медико-биологические и физиологические методы исследования | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 6 | Экспериментальные исследования в сфере физической культуры и спорта | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 7 | Методы исследования: измерения, тестирование, оценивание | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 8 | Обработка результатов, получаемой в процессе исследовательской работы в области физической культуры и спорта | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 9 | Литературно-графическое оформление научной работы | 2 | 0 | 0 | 2 |
| | Итого (ак.часов) | 8 | 10 | 0 | 18 |
| 10 | Консультация | 2 | 0 | 0 | 0 |
| 11 | Зачет с оценкой | 4 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | | |

4. Система оценивания.

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течение семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме собеседования.

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- от 0 до 60 баллов – «не зачтено»;
- от 61 до 100 баллов – «зачтено».
- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
- от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

1. Зиамбетов, В. Ю. Основы научно-исследовательской деятельности студентов в сфере физической культуры : учебно-методическое пособие / В. Ю. Зиамбетов, С. И. Матявина, Г. Б. Холодова. Основы научно-исследовательской деятельности студентов в сфере физической культуры. Весь срок охраны авторского права — Электрон. дан. (1 файл) — Оренбург : Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2015.—104 с. Книга находится в премиум-версии IPR SMART. Весь срок охраны авторского права. — Текст — электронный. — [URL:http:// www.iprbookshop.ru/54134.html](http://www.iprbookshop.ru/54134.html) (дата обращения: 30.08.2022).

1. Педагогические измерения в спорте: методы, анализ и обработка результатов: монография / В. П. Губа, Г. И. Попов, В. В. Пресняков, М. С. Леонтьева. — Педагогические измерения в спорте: методы, анализ и обработка результатов, 2025-04-01. — Электрон. дан. (1 файл). — Москва: Издательство «Спорт», 2020. — 324 с. — Гарантированный срок размещения в ЭБС до 01.04.2025 (автопродлонгация). — Книга находится в премиум-версии IPR SMART. — Текст. — электронный. — <URL:https://www.iprbookshop.ru/98648.html> (дата обращения: 30.08.2022).

2. Перевозкин, С. Б. Методы математической статистики в научно-исследовательской работе психолога: учебное пособие / С. Б. Перевозкин, Ю. М. Перевозкина. — Методы математической статистики в научно-исследовательской работе психолога, 2029-09-09. — Электрон. дан. (1 файл). — Новосибирск: Новосибирский государственный университет экономики и управления «НИНХ», 2017. — 162 с. — Гарантированный срок размещения в ЭБС до 09.09.2029 (автопродлонгация). — Книга находится в премиум-версии IPR SMART. — Текст. — электронный. — [URL:https://www.iprbookshop.ru/87132.html](https://www.iprbookshop.ru/87132.html) (дата обращения 26.08.2022).

3. Тулякова, О. В. Комплексный контроль в физической культуре и спорте: учебное пособие / О. В. Тулякова. — Комплексный контроль в физической культуре и спорте, Весь срок охраны авторского права. — Электрон. дан. (1 файл). — Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2020. — 106 с. — Весь срок охраны авторского права. — Книга находится в премиум-версии IPR SMART. — Текст. — электронный. — [URL:https://www.iprbookshop.ru/93804.html](https://www.iprbookshop.ru/93804.html) . (дата обращения: 30.08.2022).

5.2 Электронные образовательные ресурсы:

1. Научный портал "ТЕОРИЯ.РУ". - <http://teoriya.ru/>
2. Спортивный психолог <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>

6. 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/>*

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

ФГАОУ ВО «ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДЕНО

Заместителем директора по
учебно-методической работе
института физической
культуры

Симоновой Е.А.

РАЗРАБОТЧИК

Завьялова Т.П.

Общие основы теории и методики физической культуры
Рабочая программа
для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура
профиль подготовки «Физическая культура и спорт»
реализуемым по индивидуальным образовательным траекториям на основе модели «2+2»
форма обучения (очная, заочная)

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

1.1. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины (*модуля*)
ОПК – 1; ОПК – 6.

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Знания:

- позволяющие понять историю, социальную сущность, структуру и функции физической культуры, цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры;

- принципы, средства и методы физического воспитания различных контингентов населения, основы теории и методики обучения двигательным действиям и развития физических способностей;

- особенности возрастного, двигательного развития и состояния здоровья человека и их учета в процессе физического воспитания;

- основные теоретико-методические положения физического воспитания детей дошкольного возраста.

Умения:

- позволяющие определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья, физического совершенствования, ведения здорового образа жизни;

- определять величину тренировочной нагрузки в различных формах занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физкультурной деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей для грамотного планирования содержания занятий и формирования осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, поддержания здоровья занимающихся;

- использовать в своей деятельности профессиональную лексику, соответствующую содержанию основных понятий в сфере физической культуры и спорта;

- определять в профессиональной деятельности актуальные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий, адекватные средства и методы с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья;

- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся.

Навыки:

- опыта подготовки материалов для проведения бесед, теоретических занятий, приемами объяснения и демонстрации основных и вспомогательных средств физического воспитания;

- опыта проведения педагогического тестирования занимающихся, определения уровня физической подготовленности;

- опыта анализа, интерпретации и публичного представления результатов педагогических наблюдений, простых методов исследования, касающихся планирования содержания занятий, ведения здорового образа жизни людей различного возраста

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

Структура и трудоемкость дисциплины ОФО

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак. ч.) |
|--|----------|-------------|----------------------------------|
| | | | 4 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 4 | 4 |
| | час | 144 | 144 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 64 | 64 |
| Лекции | | 32 | 32 |
| Практические занятия | | 32 | 32 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 0 | 0 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 80 | 80 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | | Дифференцированный зачет |

Таблица 1.1

Структура и трудоемкость дисциплины ЗФО

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак. ч.) |
|--|----------|-------------|----------------------------------|
| | | | 4 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 4 | 4 |
| | час | 144 | 144 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 24 | 24 |
| Лекции | | 12 | 12 |
| Практические занятия | | 12 | 12 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 0 | 0 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 120 | 120 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | | Дифференцированный зачет |

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

Содержание дисциплины ОФО

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | Итого аудиторных ак.часов по |
|---|-------------------------|------------------------------------|------------------------------|
| | | | |

| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | теме |
|----|--|--------|----------------------|---|------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 4 семестре | 32 | 32 | 0 | 64 |
| | Общие основы теории и методики физической культуры | 32 | 32 | 0 | 64 |
| 1 | Содержание основных понятий теории физической культуры. Система физической культуры. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 2 | Содержание основных понятия теории физической культуры. Система физической культуры. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 3 | Функции физической культуры. Принципы физического воспитания. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 4 | Функции физической культуры. Принципы физического воспитания. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 5 | Средства физкультурного образования. Методы физкультурного образования | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 6 | Методы физкультурного образования | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 7 | Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса физического воспитания и спорта | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 8 | Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса физического воспитания и спорта | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 9 | Основы обучения двигательным действиям | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 10 | Основы обучения двигательным действиям | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 11 | Основы развития физических качеств. Развитие координационных способностей | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 12 | Основы развития координационных способностей | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 13 | Основы развития силовых способностей. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 14 | Основы развития силовых способностей. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 15 | Основы развития скоростных и скоростно-силовых способностей | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 16 | Основы развития скоростных и | 0 | 2 | 0 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|----|----|---|----|
| | скоростно-силовых способностей | | | | |
| 17 | Основы развития общей и специальной выносливости. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 18 | Основы развития общей и специальной выносливости | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 19 | Основы развития гибкости | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 20 | Основы обучения движениям двигательным действия. Основы развития физических качеств | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 21 | Особенности возрастного развития дошкольников, их учет в физкультурном образовании. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 22 | Особенности возрастного развития дошкольников, их учет в физкультурном образовании. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 23 | Особенности возрастного развития школьников, их учет в физкультурном образовании. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 24 | Особенности возрастного развития школьников, их учет в физкультурном образовании. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 25 | Особенности возрастного развития людей зрелого возраста, их учет в физкультурном образовании. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 26 | Особенности возрастного развития людей зрелого возраста, их учет в физкультурном образовании. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 27 | Особенности возрастного развития людей пожилого возраста, их учет в физкультурном образовании. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 28 | Особенности возрастного развития людей разного возраста, их учет в физкультурном образовании | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 29 | Система физического воспитания дошкольников. Средства физического воспитания. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 30 | Система физического воспитания дошкольников. Средства физического воспитания. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 31 | Формы организации физического воспитания дошкольников. Основы обучения двигательным действиям | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 32 | Организационные формы физического воспитания дошкольников. Медико-педагогический контроль за физическим воспитанием. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| | Итого (ак. часов) | 32 | 32 | 0 | 64 |

Таблица 2.1

Содержание дисциплины ЗФО

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|----|--|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 4 семестре | 12 | 12 | 0 | 24 |
| | Общие основы теории и методики физической культуры | 12 | 12 | 0 | 24 |
| 1 | Содержание основных понятий теории физической культуры. Система физической культуры. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 2 | Содержание основных понятия теории физической культуры. Система физической культуры. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 3 | Функции физической культуры. Принципы физического воспитания. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 4 | Функции физической культуры. Принципы физического воспитания. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 5 | Средства физкультурного образования. Методы физкультурного образования | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 6 | Методы физкультурного образования | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 7 | Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса физического воспитания и спорта | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 8 | Основы обучения двигательным действиям | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 9 | Основы развития физических качеств. Развитие координационных способностей | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 10 | Особенности возрастного развития занимающихся физическими упражнениями, учет в процессе занятий | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 11 | Система физического воспитания дошкольников. Средства и методы физического воспитания. Формы организации физического воспитания дошкольников | 2 | 0 | 0 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|----|----|---|----|
| 12 | Основы обучения двигательным действиям Медико-педагогический контроль за физическим воспитанием дошкольников | 0 | 2 | 0 | 2 |
| | Итого (ак.часов) | 12 | 12 | 0 | 24 |

4. Система оценивания.

Обучающиеся, не набравшие 61 балл в течение семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме собеседования.

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- от 0 до 60 баллов – «не зачтено»;
- от 61 до 100 баллов – «зачтено».
- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
- от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1. 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: 28.09.2022). — Режим доступа: по подписке.

1 Завьялова, Т. П. Теория и методика физического воспитания дошкольников: учебное пособие для вузов / Т. П. Завьялова, И. В. Стародубцева. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 350 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11218-4. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/456927> (дата обращения: 28.09.2022).

2. Кокоулина, О. П. Основы теории и методики физической культуры и спорта: учебное пособие / О. П. Кокоулина. — Москва: Евразийский открытый институт, 2011. — 144 с. — ISBN 978-5-374-00429-8. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/11049.html> (дата обращения: 28.09.2022). — Режим доступа: по подписке.

3. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебник / Л. П. Матвеев. — 4-е изд. — Москва: Спорт-Человек, 2021. — 520 с. — ISBN 978-5-907225-59-6. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/165158> (дата обращения: 28.09.2022). — Режим доступа для авториз. пользователей.

4. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры: Учебник для институтов физической культуры / Л.П.Матвеев. М: Физкультура и спорт, 1991. 543 с.

5. Теория и методика физической культуры: учебно-методическое пособие / Е. А. Короткова, Т.П. Завьялова, Л.А. Архипова, Е.В. Хромин. Тюм. гос. ун-т, Ин-т физ. культуры. Тюмень: Изд-во ТюмГУ, 2014. - 120 с.

5.2. Электронные образовательные ресурсы:

1. Научный портал "ТЕОРИЯ.РУ". - <http://teoriya.ru/>
2. Научная электронная библиотека. - <http://elibrary.ru>
3. Педагогическая библиотека. - <http://www.pedlib.ru>
4. Федеральный портал «Российское образование». - <http://www.edu.ru>
5. Электронное научное издание (журнал) «Современные проблемы науки и образования» - URL: <http://www.science-education.ru>.

6. 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/>

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

- Платформа для электронного обучения Microsoft Teams
 - Пакет Microsoft Office 365
 - Пакет Adobe Creative Cloud: Photoshop, Illustrator, InDesign, Premiere, After Effects, Acrobat Pro и пр.
- ПО, находящееся в свободном доступе:

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

ФГАОУ ВО «ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДЕНО

Заместителем директора по учебно-методической работе института физической культуры

Симоновой Е.А.

РАЗРАБОТЧИК

Черкасов В. В.

Основы научно-методической деятельности

Рабочая программа

для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура

профиль подготовки «Физическая культура и спорт»

реализуемым по индивидуальным образовательным траекториям на основе модели «2+2»
форма обучения (очная, заочная)

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

1.1. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины (модуля): ОПК-11

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Знания:

- методов организации и проведения научно-исследовательской деятельности;
- методов и организацию комплексного контроля в физическом воспитании и спортивной подготовке;
- методов оценки спортивной подготовленности и качества учебно-воспитательного процесса;
- основных положения теории тестирования, требования к процедуре тестирования;
- методов математической статистики, используемые при обработке результатов исследования в физической культуре и спорте;

Умения:

- применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе физкультурно-спортивной деятельности;
- осуществлять контроль за уровнем физической и технико-тактической подготовленности у занимающихся физической культурой и спортсменом;
- грамотно оформлять библиографическое описание научно-методической литературы и ссылки на нее;
- оформлять результаты научно-исследовательской деятельности в виде таблиц, рисунков (графики, диаграммы) и их анализа;
- проводить математико-статистическую обработку и анализ результатов тестирования.

Навыки:

- осуществления поиска необходимой нормативной документации;
- рационального применения учебного и лабораторного оборудования, аудио-визуальных средств, компьютерной техники, тренажерных устройств и специальной аппаратуры в процессе различных видов занятий;
- организации и проведения научно-исследовательской работы по проблемам физического воспитания, оздоровительной физической культуры и спортивной тренировки;
- применения метрологически обоснованных средств и методов измерения и контроля в физическом воспитании и спорте;
- грамотного использования методов математической статистики для обработки и анализа показателей физической, технической и других видов подготовленности спортсменов и их соревновательных и тренировочных нагрузок.

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

| ОФО | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--|-----------------|-------------|---------------------------------|
| Вид учебной работы | | | 7 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 4 | 4 |
| | час | 144 | 144 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 64 | 64 |

| | | |
|--|----|--------------------------|
| Лекции | 32 | 32 |
| Практические занятия | 32 | 32 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | 0 | 0 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | 80 | 80 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | Дифференцированный зачет |

ЗФО

Таблица 1.1

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--|----------|-------------|---------------------------------|
| | | | |
| | | | 7 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 4 | 4 |
| | час | 144 | 144 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 18 | 18 |
| Лекции | | 8 | 8 |
| Практические занятия | | 10 | 10 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 0 | 0 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 126 | 126 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | | Дифференцированный зачет |

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

ОФО

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|---|---|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 7 семестре | 32 | 32 | 0 | 64 |
| | Основы научно-методической деятельности | 32 | 32 | 0 | 64 |

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|
| 1 | Наука как вид деятельности | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 2 | Наука как вид деятельности | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 3 | История развития методологии научного познания | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 4 | Методология научного познания | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 5 | Концепция современного естествознания и физической культуры | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 6 | Концепция современного естествознания и физической культуры | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 7 | Выбор направления и планирование исследования | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 8 | Выбор направления и планирование исследования | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 9 | Методология научного познания: эмпирический уровень научного исследования | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 10 | Выбор направления научного исследования | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 11 | Организация и проведение экспериментальной работы | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 12 | Моделирование в эмпирическом исследовании | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 13 | Теоретический уровень научного исследования | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 14 | Теоретический уровень научного исследования | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 15 | Общие принципы методологии научного исследования | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 16 | Общие принципы методологии научного исследования | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 17 | Технология научно-исследовательской работы | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 18 | Технология научно-исследовательской работы | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 19 | Методы сбора текущей информации | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 20 | Методы сбора текущей информации | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 21 | Педагогические методы исследования | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 22 | Педагогические методы исследования | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 23 | Педагогические методы исследования | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 24 | Контрольные испытания | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 25 | Организация и проведение экспериментальной работы | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 26 | Организация и проведение экспериментальной работы | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 27 | Критерии эффективности научного исследования | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 28 | Критерии эффективности научного исследования | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 29 | Обработка результатов, получаемой в | 2 | 0 | 0 | 2 |

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|
| | процессе исследовательской работы | | | | |
| 30 | Обработка результатов, получаемой в процессе исследовательской работы | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 31 | Виды научных и методических работ | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 32 | Публикация результатов исследования | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 33 | Консультация перед зачётом | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 34 | Дифференцированный зачет | 0 | 0 | 0 | 0 |

ЗФО

Таблица 2.1

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|----|---|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 1 | Наука как вид деятельности | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 10 | Выбор направления научного исследования | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 11 | Организация и проведение экспериментальной работы | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 17 | Технология научно-исследовательской работы | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 19 | Методы сбора текущей информации | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 21 | Педагогические методы исследования | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 24 | Контрольные испытания | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 27 | Критерии эффективности научного исследования | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 29 | Обработка результатов, получаемой в процессе исследовательской работы | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 33 | Консультация перед зачётом | 2 | 0 | 0 | 0 |
| 34 | Дифференцированный зачет | 4 | 0 | 0 | 0 |
| | Часов в 7 семестре | 8 | 10 | 0 | 18 |

4. Система оценивания.

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течение семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме собеседования.

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- от 0 до 60 баллов – «не зачтено»;
- от 61 до 100 баллов – «зачтено».
- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
- от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература:

1. Зиамбетов, В. Ю. Основы научно-исследовательской деятельности студентов в сфере физической культуры : учебно-методическое пособие / В. Ю. Зиамбетов, С. И. Матявина, Г. Б. Холодова. Основы научно-исследовательской деятельности студентов в сфере физической культуры. Весь срок охраны авторского права — Электрон. дан. (1 файл) — Оренбург : Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2015.—104 с. Книга находится в премиум-версии IPR SMART. Весь срок охраны авторского права. — Текст — электронный. — <URL:[http:// www.iprbookshop.ru/54134.html](http://www.iprbookshop.ru/54134.html) > (дата обращения: 30.03.2022).

Дополнительная литература:

1. Педагогические измерения в спорте: методы, анализ и обработка результатов: монография / В. П. Губа, Г. И. Попов, В. В. Пресняков, М. С. Леонтьева. — Педагогические измерения в спорте: методы, анализ и обработка результатов, 2025-04-01. — Электрон. дан. (1 файл). — Москва: Издательство «Спорт», 2020. — 324 с. — Гарантированный срок размещения в ЭБС до 01.04.2025 (автопродлонгация). — Книга находится в премиум-версии IPR SMART. — Текст. — электронный. — <URL:<https://www.iprbookshop.ru/98648.html>> (дата обращения: 30.03.2022).

2. Перевозкин, С. Б. Методы математической статистики в научно-исследовательской работе психолога: учебное пособие / С. Б. Перевозкин, Ю. М. Перевозкина. — Методы математической статистики в научно-исследовательской работе психолога, 2029-09-09. — Электрон. дан. (1 файл). — Новосибирск: Новосибирский государственный университет экономики и управления «НИНХ», 2017. — 162 с. — Гарантированный срок размещения в ЭБС до 09.09.2029 (автопродлонгация). — Книга находится в премиум-версии IPR SMART. — Текст. — электронный. — <URL:<https://www.iprbookshop.ru/87132.html>> (дата обращения 26.05.2020).

3. Тулякова, О. В. Комплексный контроль в физической культуре и спорте: учебное пособие / О. В. Тулякова. — Комплексный контроль в физической культуре и спорте, Весь срок охраны авторского права. — Электрон. дан. (1 файл). — Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2020. — 106 с. — Весь срок охраны авторского права. — Книга находится в премиум-версии IPR SMART. — Текст. — электронный. — <URL:<https://www.iprbookshop.ru/93804.html>>. (дата обращения: 30.03.2022).

5.2 Электронные образовательные ресурсы:

1. Научный портал "ТЕОРИЯ.РУ". - <http://teoriya.ru/>
2. Спортивный психолог <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>

6. 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/>

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

УТВЕРЖДЕНО

Заместителем директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

Симоновой Е.А.

РАЗРАБОТЧИК

Макаридин Д.Н.

Педагогика физической культуры и спорта

Рабочая программа

для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура

профиль подготовки «Физическая культура и спорт»

реализуемым по индивидуальным образовательным траекториям на основе модели «2+2»
форма обучения (очная, заочная)

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

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

ОПК-5; ОПК-6; ОПК-10.

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Педагогика физической культуры и спорта

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знания

- Основы методики воспитательной работы ОПК-5
- Этические нормы в области спорта
- Методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетних обучающихся, коллегами по работе
- Законодательство Российской Федерации, регламентирующее деятельность в области физической культуры и спорта
- Педагогические технологии продуктивного, дифференцированного, развивающего обучения, реализации компетентного подхода

Умения

- Владеть формами и методами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий (проектная деятельность, учебно-исследовательская работа и т.п.)
- Изучать и систематизировать информацию в области физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы, обучения детей физической культуре
- Планирования занятия по физическому воспитанию с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей обучающихся
- Использовать существующие методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера

Навыки

- Определение задач, содержания и формы занятий по физическому воспитанию с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизиологических особенностей обучающихся и с учетом требований Федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования
- Разработка плана проведения занятия по физическому воспитанию по утверждённым программам и методикам физического воспитания с учетом возраста обучающихся
- Изучение и обобщение передового опыта в области обучения детей физической культуре

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

ОФО

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|---------------------------|-----------------|-------------|---------------------------------|
| | | | 5 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 4 | 4 |
| | час | 144 | 144 |
| Из них: | | | |

| | | |
|--|----|---------|
| Часы аудиторной работы (всего): | 56 | 56 |
| Лекции | 28 | 28 |
| Практические занятия | 28 | 28 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | 0 | 0 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | 88 | 88 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | Экзамен |

Таблица 1.1

ЗФО

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--|-----------------|-------------|---------------------------------|
| | | | 5 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 4 | 4 |
| | час | 144 | 144 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 20 | 20 |
| Лекции | | 10 | 10 |
| Практические занятия | | 10 | 10 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 0 | 0 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 124 | 124 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | | Экзамен |

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

ОФО

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|---|---|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 5 семестре | 28 | 28 | 0 | 56 |
| | Педагогика физической культуры и спорта | 28 | 28 | 0 | 56 |

| | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|
| 1 | Проблемы и задачи педагогики физического воспитания и спорта | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 2 | Контекстное обучение | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 3 | Процесс развития личности, факторы развития, возрастные особенности развития | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 4 | Основные категории педагогики физической культуры и спорта | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 5 | Содержание образования. Структура учебного процесса. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 6 | структура и содержание учебного процесса. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 7 | Принципы обучения. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 8 | Принципы обучения | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 9 | Формы организации учебного процесса. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 10 | Формы организации учебного процесса. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 11 | Диагностика процесса и результатов обучения. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 12 | Диагностика процесса и результатов обучения | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 13 | Теоретические основы воспитания | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 14 | Теоретические основы педагогики, основы дидактики | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 15 | Воспитывающая среда и ее развитие | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 16 | Воспитывающая среда и ее развитие | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 17 | Система дополнительного физкультурного образования. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 18 | Система дополнительного физкультурного образования. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 19 | Понятие о педагогической деятельности и её этапы | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 20 | Теоретические основы воспитания | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 21 | Отличительные особенности деятельности учителя ФК и тренера | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 22 | Отличительные особенности деятельности учителя ФК и тренера | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 23 | Условия деятельности учителя ФК и тренера | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 24 | Условия деятельности учителя ФК и тренера | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 25 | Интегральная характеристика личности педагога по ФК и С | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 26 | Интегральная характеристика личности педагога по ФК и С | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 27 | Педагогическая направленность личности педагога по ФК и С | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 28 | Основы педагогической деятельности | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 29 | Обзорная консультация по дисциплине | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 30 | Педагогика физической культуры | 0 | 0 | 0 | 0 |

| | | | | | |
|--|------------------|----|----|---|----|
| | Итого (ак.часов) | 28 | 28 | 0 | 56 |
|--|------------------|----|----|---|----|

Таблица 2.1

ЗФО

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|----|--|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 5 семестре | 10 | 10 | 0 | 20 |
| | Педагогика физической культуры и спорта | 10 | 10 | 0 | 20 |
| 1 | Проблемы и задачи педагогики физического воспитания и спорта | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 2 | Контекстное обучение | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 3 | Процесс развития личности, факторы развития, возрастные особенности развития | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 4 | Основные категории педагогики физической культуры и спорта | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 5 | Содержание образования. Структура учебного процесса. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 6 | структура и содержание учебного процесса. | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 7 | Принципы обучения. | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 8 | Принципы обучения | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 9 | Формы организации учебного процесса. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 10 | Формы организации учебного процесса. | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 11 | Диагностика процесса и результатов обучения. | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 12 | Диагностика процесса и результатов обучения | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 13 | Теоретические основы воспитания | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 14 | Теоретические основы педагогики, основы дидактики | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 15 | Воспитывающая среда и ее развитие | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 16 | Воспитывающая среда и ее развитие | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 17 | Система дополнительного физкультурного образования. | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 18 | Система дополнительного | 0 | 2 | 0 | 2 |

| | | | | | |
|----|---|----|----|---|----|
| | физкультурного образования. | | | | |
| 19 | Понятие о педагогической деятельности и её этапы | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 20 | Теоретические основы воспитания | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 21 | Отличительные особенности деятельности учителя ФК и тренера | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 22 | Отличительные особенности деятельности учителя ФК и тренера | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 23 | Условия деятельности учителя ФК и тренера | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 24 | Условия деятельности учителя ФК и тренера | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 25 | Интегральная характеристика личности педагога по ФК и С | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 26 | Интегральная характеристика личности педагога по ФК и С | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 27 | Педагогическая направленность личности педагога по ФК и С | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 28 | Основы педагогической деятельности | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 29 | Обзорная консультация по дисциплине | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 30 | Педагогика физической культуры | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого (ак.часов) | 10 | 10 | 0 | 20 |

4. Система оценивания.

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течение семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме собеседования.

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- от 0 до 60 баллов – «не зачтено»;
- от 61 до 100 баллов – «зачтено».

- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
- от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 Литература:

Основная литература:

1. Педагогика физической культуры и спорта: учебно-методическое пособие / сост. С. Ю. Махов. — Педагогика физической культуры и спорта, 2025-04-28. — Электрон. дан. (1 файл). — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2019 — 125 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/95413.html>>.

Дополнительная литература:

1. Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций / Г. А. Ямалетдинова; под редакцией И. В. Еркомашвили. — Педагогика физической культуры и спорта, 2022-08-31. — Электрон. дан. (1 файл). — Екатеринбург: Уральский федеральный

университет, ЭБС АСВ, 2014 — 245 с. — Гарантированный срок размещения в ЭБС до 31.08.2022 (автопродлонгация). — Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. — Текст. — электронный. — <URL:<http://www.iprbookshop.ru/65962.html>>.

5.2 Электронные образовательные ресурсы:

1. *Научный портал "ТЕОРИЯ.РУ". - <http://teoriya.ru/>*
2. *Спортивный психолог <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>*

6. 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/>*

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

УТВЕРЖДЕНО

Заместителем директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

Симоновой Е. А.

РАЗРАБОТЧИК

Иванов В. А.

Проектирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий

Рабочая программа

для обучающихся по направлениям подготовки (специальностям), реализуемым по
индивидуальным образовательным траекториям на основе модели «2+2»
форма обучения (очная, заочная)

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

1.1. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины (модуля): ОПК-10; ОПК-13-; ПК-2.

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Знания:

алгоритм проектирования массовых физкультурно-спортивных мероприятий;
современные организационные методы и формы массовых физкультурно-спортивных мероприятий;

нормативные и правовые акты (законы приказы, постановления, уставы, инструкции), регламентирующие организацию массовых физкультурно-спортивных мероприятий;

Умения:

использовать в практической деятельности самые современные научные и теоретические знания в вопросах организации массовых физкультурно-спортивных мероприятий;

выявлять современные проблемы в сфере физической культуры и спорта, которые возможно решать путем проектирования спортивных мероприятий;

находить наиболее рациональные формы и методы организации массовых физкультурно-спортивных мероприятий и применять их в соответствии с реальной действительностью на практике.

Навыки:

владения методами и средствами сбора, систематизации и использования информации с целью осуществления эффективного и качественного процесса проектирования массовых физкультурно-спортивных мероприятий.

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

ОФО

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--|-----------------|-------------|---------------------------------|
| | | | 8 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 4 | 4 |
| | час | 144 | 144 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 66 | 66 |
| Лекции | | 22 | 22 |
| Практические занятия | | 44 | 44 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 0 | 0 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 78 | 78 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | | Дифференцированный зачет |

Таблица 1.1

ЗФО

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--|-----------------|-------------|---------------------------------|
| | | | 8 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 4 | 4 |
| | час | 144 | 144 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 18 | 18 |
| Лекции | | 8 | 8 |
| Практические занятия | | 10 | 10 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 0 | 0 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 126 | 126 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | | Дифференцированный зачет |

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

ОФО

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|---|--|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 8 семестре | 22 | 44 | 0 | 66 |
| | Проектирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий | 22 | 44 | 0 | 66 |
| 1 | Проектирование (сущность, понятие «проект» виды, этапы и формы) | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 2 | Проектирование (сущность, понятие «проект» виды, этапы и формы) | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 3 | Проектирование (сущность, понятие «проект» виды, этапы и формы) | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 4 | Особенности проектирования в физкультурно-спортивной деятельности | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 5 | Особенности проектирования в физкультурно-спортивной деятельности | 0 | 2 | 0 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|
| 6 | Особенности проектирования в физкультурно-спортивной деятельности | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 7 | Алгоритм проведения массовых физкультурно-спортивных мероприятий | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 8 | Основные вопросы подготовки и организации спортивных мероприятий | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 9 | Основные вопросы подготовки и организации спортивных мероприятий | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 10 | Информационное сопровождение физкультурно-спортивных массовых мероприятий | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 11 | Информационное сопровождение событий | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 12 | Информационное сопровождение событий | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 13 | Нормативное и правовое регулирование в области организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 14 | Нормативное и правовое регулирование в области организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 15 | Нормативное и правовое регулирование в области организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 16 | Особенности взаимодействия с исполнительными органами власти, государственными и муниципальными организациями в сфере ФКиС | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 17 | Взаимодействие с государственными и муниципальными физкультурно-спортивными учреждениями по подготовке и проведению физкультурно-спортивного мероприятия | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 18 | Взаимодействие с государственными и муниципальными физкультурно-спортивными учреждениями по подготовке и проведению физкультурно-спортивного мероприятия | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 19 | Особенности взаимодействия с общественными организациями в сфере ФКиС, партнерами, спонсорами и частными лицами | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 20 | Работа с потенциальными партнерами и спонсорами физкультурно-спортивного мероприятия | 0 | 2 | 0 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|----|----|---|----|
| 21 | Работа с потенциальными партнерами и спонсорами физкультурно-спортивного мероприятия | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 22 | Особенности социально-значимой и инновационной проектной деятельности в сфере ФКиС | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 23 | Проектирование массового физкультурно-спортивного события. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 24 | Проектирование массового физкультурно-спортивного события. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 25 | Мастер-класс от лидеров физкультурного движения в Тюменской области. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 26 | Практический опыт проектирования физкультурно-спортивных массовых мероприятий | 4 | 0 | 0 | 4 |
| 27 | Презентация проектов | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 28 | Презентация проектов | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 29 | Социально-значимый эффект от реализации физкультурно-спортивных массовых мероприятий | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 30 | Социально-значимые направления деятельности в сфере ФКиС | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 31 | Мастер-класс от лидеров физкультурного движения в Тюменской области. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 32 | Мастер-класс от лидеров физкультурного движения в Тюменской области. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 33 | Консультация | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 34 | Проектирование физкультурно-спортивных массовых мероприятий | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого (ак.часов) | 22 | 44 | 0 | 66 |

Таблица 2.1.

ЗФО

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|---|--|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 8 семестре | 8 | 10 | 0 | 18 |
| | Проектирование физкультурно-оздоровительных и спортивно- | 8 | 10 | 0 | 18 |

| | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|
| | массовых мероприятий | | | | |
| 1 | Проектирование (сущность, понятие «проект» виды, этапы и формы) | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 2 | Проектирование (сущность, понятие «проект» виды, этапы и формы) | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 3 | Проектирование (сущность, понятие «проект» виды, этапы и формы) | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 4 | Особенности проектирования в физкультурно-спортивной деятельности | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 5 | Особенности проектирования в физкультурно-спортивной деятельности | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 6 | Особенности проектирования в физкультурно-спортивной деятельности | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 7 | Алгоритм проведения массовых физкультурно-спортивных мероприятий | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 8 | Основные вопросы подготовки и организации спортивных мероприятий | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 9 | Основные вопросы подготовки и организации спортивных мероприятий | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 10 | Информационное сопровождение физкультурно-спортивных массовых мероприятий | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 11 | Информационное сопровождение событий | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 12 | Информационное сопровождение событий | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 13 | Нормативное и правовое регулирование в области организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 14 | Нормативное и правовое регулирование в области организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 15 | Нормативное и правовое регулирование в области организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 16 | Особенности взаимодействия с исполнительными органами власти, государственными и муниципальными организациями в сфере ФКиС | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 17 | Взаимодействие с государственными и муниципальными физкультурно-спортивными учреждениями по подготовке и проведению физкультурно-спортивного мероприятия | 0 | 2 | 0 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|---|----|---|---|
| 18 | Взаимодействие с государственными и муниципальными физкультурно-спортивными учреждениями по подготовке и проведению физкультурно-спортивного мероприятия | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 19 | Особенности взаимодействия с общественными организациями в сфере ФКиС, партнерами, спонсорами и частными лицами | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 20 | Работа с потенциальными партнерами и спонсорами физкультурно-спортивного мероприятия | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 21 | Работа с потенциальными партнерами и спонсорами физкультурно-спортивного мероприятия | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 22 | Особенности социально-значимой и инновационной проектной деятельности в сфере ФКиС | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 23 | Проектирование массового физкультурно-спортивного события. | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 24 | Проектирование массового физкультурно-спортивного события. | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 25 | Мастер-класс от лидеров физкультурного движения в Тюменской области. | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 26 | Практический опыт проектирования физкультурно-спортивных массовых мероприятий | 0 | 0 | 0 | 4 |
| 27 | Презентация проектов | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 28 | Презентация проектов | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 29 | Социально-значимый эффект от реализации физкультурно-спортивных массовых мероприятий | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 30 | Социально-значимые направления деятельности в сфере ФКиС | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 31 | Мастер-класс от лидеров физкультурного движения в Тюменской области. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 32 | Мастер-класс от лидеров физкультурного движения в Тюменской области. | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 33 | Консультация | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 34 | Проектирование физкультурно-спортивных массовых мероприятий | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого (ак. часов) | 8 | 10 | 0 | |

4. Система оценивания.

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течение семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме собеседования.

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- от 0 до 60 баллов – «не зачтено»;
- от 61 до 100 баллов – «зачтено».
- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
- от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 Литература:

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. Крашенинникова Спортивный менеджмент. Регулирование организации и проведения физкультурных и спортивных мероприятий, 2022-04-16 Электрон. дан. (1 файл) Москва : ЮНИТИ-ДАНА, 2017687 с. ISBN 978-5-238-02540-7 — Доступ по паролю из сети Интернет (чтение). — URL: <https://www.iprbookshop.ru/109218.html> (дата обращения: 22.03.2022).

Киселица, Е.П. Маркетинг: учебное пособие / Е. П. Киселица; рец.: А. В. Воронин, Ю. А. Шумилова; отв. ред. вып. А. В. Трофимова; М-во образования и науки РФ, Тюм. гос. ун-т, Ин-т дистанц. образования, Ин-т права, экономики и упр. — 2-е изд., перераб. — Электрон. текстовые дан. — Тюмень: Изд-во Тюм. гос. ун-та, 2011. — 2-Лицензионный договор № 344/2016-09-05. — Доступ по паролю из сети Интернет (чтение). — URL: https://library.utmn.ru/dl/PPS/Kiselica_344_Marketing_UP_2011.pdf (дата обращения: 22.03.2022).

1. Ужахова, Л.М.. Основы менеджмента: [учебное пособие для студентов всех форм обучения в том числе заочной с применением дистанционных технологий, по направлению "Менеджмент" и специальности "Менеджмент организации"] / Л. М. Ужахова; М-во образования и науки РФ, Тюм. гос. ун-т, Ин-т дистанц. образования, Междунар. ин-т финансов, упр. и бизнеса. — 2-е изд., перераб. и доп. — Тюмень: Изд-во Тюм. гос. ун-та, 2010. — 2-Лицензионный договор №456 / 2017-03-20. — Доступ по паролю из сети Интернет (чтение). — URL: https://library.utmn.ru/dl/PPS/Uzhahova_456_UP_2010.pdf (дата обращения: 22.03.2022).

2. Цегельный Ю.А. Страсти вокруг спорта. Социально-педагогические проекты реорганизации сферы физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: коллективная монография/ Цегельный Ю.А., Алексеев А.Г., Киртоакэ Александру— Электрон. текстовые данные. — Москва: Издательство «Спорт», 2018.— 248 с. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/74303.html> (дата обращения: 22.03.2022). — Режим доступа: по подписке.

5.2 Электронные образовательные ресурсы:

Интернет-ресурсы:

1. Научный портал "ТЕОРИЯ.РУ". - <http://teoriya.ru/>

2. Спортивный психолог <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>

6. 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

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная.

ФГАОУ ВО «ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДЕНО

Заместителем директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

Симоновой Е.А.

РАЗРАБОТЧИК

Стародубцева И. В.

Психология физической культуры

Рабочая программа

для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура

профиль подготовки «Физическая культура и спорт»

реализуемым по индивидуальным образовательным траекториям на основе модели «2+2»

форма обучения (очная, заочная)

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

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

ОПК-1; ОПК-2-; ОПК-9.

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Знания:

базовые понятия психологии; основные факторы и закономерности развития психики в онтогенезе;

основные понятия и содержание психологического отбора и спортивной ориентации; методы психологической диагностики занимающихся физической культурой и спортом.

Умения:

характеризовать психологические особенности занимающихся физической культурой разного пола и возраста;

подбирать базовые методики психодиагностики занимающихся в рамках спортивной ориентации и отбора;

подбирать базовые методики психодиагностики психического состояния занимающихся физической культурой и спортом.

Навыки:

изучения соответствия содержания занятий возрастным особенностям занимающихся физической культурой и спортом;

интерпретации результатов психодиагностики занимающихся в рамках спортивной ориентации и отбора;

интерпретации результатов психологической диагностики психического состояния занимающихся физической культурой и спортом.

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

ОФО

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--|-----------------|-------------|---------------------------------|
| | | | 4 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 4 | 4 |
| | час | 144 | 144 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 64 | 64 |
| Лекции | | 32 | 32 |
| Практические занятия | | 32 | 32 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 0 | 0 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 80 | 80 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | | Дифференцированный зачет |

Таблица 1.1

ЗФО

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--|-----------------|-------------|---------------------------------|
| | | | 4 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 4 | 4 |
| | час | 144 | 144 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 24 | 24 |
| Лекции | | 12 | 12 |
| Практические занятия | | 12 | 12 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 0 | 0 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 120 | 120 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | | Дифференцированный зачет |

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

ОФО

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|---|---|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 4 семестре | 32 | 32 | 0 | 64 |
| | Психология физической культуры | 32 | 32 | 0 | 64 |
| 1 | Психология ФК как учебный предмет и научная дисциплина | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 2 | Методы психологии ФК | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 3 | Психомоторная сфера человека | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 4 | Психомоторная сфера человека | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 5 | Формирование двигательных действий | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 6 | Введение в психологию ФК. Базовые понятия психологии ФК: контроль по модулю | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 7 | Развитие личности: факторы и закономерности | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 8 | Возрастная периодизация | 0 | 2 | 0 | 2 |

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|
| | психического развития | | | | |
| 9 | Развитие ребёнка от рождения до 7 лет | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 10 | Психодиагностика развития детей от 0 до 7 лет | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 11 | Особенности психического развития младших школьников | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 12 | Психологическая диагностика развития школьников | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 13 | Особенности психического развития подростков и старших школьников | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 14 | Возрастные особенности психики занимающихся ФК и С: контроль по модулю | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 15 | Индивидуально-типологические свойства личности и их учёт в физическом воспитании и спорте | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 16 | Индивидуально-типологические свойства личности и их учёт в физическом воспитании и спорте | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 17 | Потребностно-мотивационная сфера занимающихся ФК и С | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 18 | Потребностно-мотивационная сфера занимающихся ФК и С | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 19 | Эмоциональная сфера занимающихся ФК и С | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 20 | Диагностика и коррекция предстартовых состояний | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 21 | Волевая сфера личности занимающихся ФК и С | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 22 | Волевые процессы и их диагностика | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 23 | Познавательная сфера личности и её формирование в процессе занятий ФК и С | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 24 | Индивидуальные психологические особенности занимающихся ФК и С: контроль по модулю | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 25 | Психологическая характеристика спортивно-педагогической деятельности | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 26 | Психологические особенности отбора в спорте | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 27 | Психологические особенности тренировочной деятельности | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 28 | Психологическое сопровождение тренировочной деятельности | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 29 | Психологические особенности спортивных групп | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 30 | Тренинг групповой сплочённости | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 31 | Психология конфликта | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 32 | Психология спорта: контроль по модулю | 0 | 2 | 0 | 2 |

| | | | | | |
|----|------------------|----|----|---|----|
| 33 | Консультация | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 34 | Психология ФК | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого (ак.часов) | 32 | 32 | 0 | 64 |

Таблица 2.1

ЗФО

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|----|---|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 1 | Психология ФК как учебный предмет и научная дисциплина | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 2 | Методы психологии ФК | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 3 | Психомоторная сфера человека | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 4 | Психомоторная сфера человека | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 5 | Формирование двигательных действий | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 6 | Введение в психологию ФК. Базовые понятия психологии ФК: контроль по модулю | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 7 | Развитие личности: факторы и закономерности | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 8 | Возрастная периодизация психического развития | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 9 | Развитие ребёнка от рождения до 7 лет | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 10 | Психодиагностика развития детей от 0 до 7 лет | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 11 | Особенности психического развития младших школьников | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 12 | Психологическая диагностика развития школьников | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 13 | Особенности психического развития подростков и старших школьников | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 14 | Возрастные особенности психики занимающихся ФК и С: контроль по модулю | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 15 | Индивидуально-типологические свойства личности и их учёт в физическом воспитании и спорте | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 16 | Индивидуально-типологические свойства личности и их учёт в физическом воспитании и спорте | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 17 | Потребностно-мотивационная сфера | 0 | 0 | 0 | 0 |

| | | | | | |
|----|--|----|----|---|----|
| | занимающихся ФК и С | | | | |
| 18 | Потребностно-мотивационная сфера занимающихся ФК и С | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 19 | Эмоциональная сфера занимающихся ФК и С | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 20 | Диагностика и коррекция предстартовых состояний | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 21 | Волевая сфера личности занимающихся ФК и С | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 22 | Волевые процессы и их диагностика | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 23 | Познавательная сфера личности и её формирование в процессе занятий ФК и С | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 24 | Индивидуальные психологические особенности занимающихся ФК и С: контроль по модулю | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 25 | Психологическая характеристика спортивно-педагогической деятельности | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 26 | Психологические особенности отбора в спорте | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 27 | Психологические особенности тренировочной деятельности | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 28 | Психологическое сопровождение тренировочной деятельности | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 29 | Психологические особенности спортивных групп | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 30 | Тренинг групповой сплочённости | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 31 | Психология конфликта | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 32 | Психология спорта: контроль по модулю | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 33 | Консультация | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 34 | Психология ФК | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого (ак.часов) | 12 | 12 | 0 | 24 |

4. Система оценивания.

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течение семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме собеседования.

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- от 0 до 60 баллов – «не зачтено»;
- от 61 до 100 баллов – «зачтено».
- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
- от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 Литература:

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: 25.03.2022).

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: 25.03.2022).

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 (МАБИВ), 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: 25.03.2022).

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: 25.03.2022).

5.2 Электронные образовательные ресурсы:

1. Научный портал "ТЕОРИЯ.РУ". - <http://teoriya.ru/>
2. Спортивный психолог <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale>

6. 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/>

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

ФГАОУ ВО «ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДЕНО

Заместителем директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

Симоновой Е.А.

РАЗРАБОТЧИК

Котова Т. Г.

Теория и методика избранного вида спорта

Рабочая программа

для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура
профиль подготовки «Физическая культура и спорт», реализуемой по индивидуальным
образовательным траекториям на основе модели «2+2»
формы обучения (очная, заочная)

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

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

В результате освоения дисциплины "Теория и методика избранного вида спорта" бакалавр (ОФО) должен обладать общепрофессиональными (ОПК) и профессиональными (ПК) компетенциями.

ОПК-3; ОПК-4; ОПК-13; ОПК-14; ОПК-15; ПК-2

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Планируемые результаты обучения по дисциплине:

Знания: основы учения в единоборствах, биатлоне, спортивной аэробике и в области физической культуры и спорта.

Умения: изучать, анализировать и оценивать исторические, научно-теоретические и организационно-методические основы, проводить материально-техническое оснащение, разрабатывать, организовывать и проводить тренировочные занятия, физкультурно-оздоровительные, физкультурно-спортивные мероприятия, соревнования по единоборствам, биатлону, спортивной аэробике.

Навыки: владеть техникой двигательных действий, технико-тактическими умениями и навыками, тактикой ведения спортивной борьбы, взаимодействием и общением с руководством, тренерско-преподавательским составом и спортсменами в спортивных единоборствах, биатлоне, спортивной аэробике.

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

Распределение часов по формам занятий для студентов ОФО

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) | | | |
|--|----------|-------------|---------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | | | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 18 | 4 | 4 | 6 | 4 |
| | час | 648 | 144 | 144 | 216 | 144 |
| Из них: | | | | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 290 | 56 | 72 | 96 | 66 |
| Лекции | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Практические занятия | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 290 | 56 | 72 | 96 | 66 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 358 | 88 | 72 | 120 | 78 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | | Дифференцированный зачет | Дифференцированный зачет | Дифференцированный зачет | Дифференцированный зачет |

Распределение часов по формам занятий для студентов ЗФО

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) | | | |
|--|----------|-------------|---------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | | | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 18 | 4 | 4 | 6 | 4 |
| | час | 648 | 144 | 144 | 216 | 144 |
| Из них: | | | | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 58 | 12 | 12 | 16 | 18 |
| Лекции | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Практические занятия | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 58 | 12 | 12 | 16 | 18 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 590 | 132 | 132 | 200 | 126 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | | Дифференцированный зачет | Дифференцированный зачет | Дифференцированный зачет | Дифференцированный зачет |

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

Тематический план дисциплины ОФО

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|----|---|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 5 семестре | 0 | 0 | 56 | 56 |
| | Теория и методика избранного вида спорта | 0 | 0 | 56 | 56 |
| 1 | Техника безопасности стрельбы | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 2 | Техника безопасности на занятиях единоборствами. Особенности физической подготовки на начальном этапе многолетней подготовки спортсменов , | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 3 | Обучение техники выполнения базовых шагов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 4 | Обучение работе с пневматической винтовкой | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 5 | Формирование знаний, умений и двигательных навыков, направленных на достижение оптимального уровня физической и функциональной подготовленности | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 6 | Проведение комплексов упражнений для обучения прыжковым элементам | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 7 | Обучение элементам техники стрельбы | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 8 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий у спортсменов на этапе начальной подготовки | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 9 | Проведение комплексов упражнений для обучения прыжковым элементам | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 10 | Обучение техники стрельбы | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 11 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий на этапе ранней специализации спортсменов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 12 | Проведение комплексов упражнений | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|----------|----------|-----------|-----------|
| | для обучения элементам гибкости | | | | |
| 13 | Обучение технике стрельбы | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 14 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий на этапе ранней специализации спортсменов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 15 | Проведение комплексов упражнений для обучения элементам гибкости | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 16 | Обучение технике стрельбы | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 17 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий на этапе углубленной специализации спортсменов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 18 | Проведение комплексов упражнений для обучения элементам динамики | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 19 | Обучение технике стрельбы | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 20 | Физическая подготовка, совершенствование техники двигательных действий у спортсменов на этапе углубленной специализации | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 21 | Проведение комплекса упражнений для обучения элементам динамики | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 22 | Формирование навыков | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 23 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий у спортсменов на этапе спортивного совершенствования | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 24 | Проведение комплекса упражнений для обучения элементам статики | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 25 | Формирование навыков | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 26 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий на этапе спортивного совершенствования | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 27 | Формирование навыка оказания первой помощи на занятиях | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 28 | Физическая подготовка, совершенствование техники у спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства. Организация и проведение физкультурно-оздоровительной работы | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 29 | Подготовка к оценке компетенций | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 30 | Сдача зачетных требований по дисциплине | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Часов в 6 семестре | 0 | 0 | 72 | 72 |
| | Теория и методика избранного вида спорта | 0 | 0 | 72 | 72 |
| 1 | Техника безопасности стрельбы | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|
| 2 | Физическая подготовка на начальном этапе многолетней подготовки спортсменов , | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 3 | Совершенствование техники выполнения базовых шагов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 4 | Совершенствование работы с пневматической винтовкой | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 5 | Совершенствование техники двигательных действий, направленных на достижение оптимального уровня физической и функциональной подготовленности | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 6 | Проведение комплексов упражнений для совершенствования прыжковым элементам | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 7 | Совершенствование элементов техники стрельбы | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 8 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий у спортсменов на этапе начальной подготовки | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 9 | Проведение комплексов упражнений для совершенствования прыжковых элементов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 10 | Совершенствование техники стрельбы | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 11 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий на этапе ранней специализации спортсменов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 12 | Проведение комплексов упражнений для совершенствования элементов гибкости | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 13 | Совершенствование техники стрельбы | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 14 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий на этапе ранней специализации спортсменов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 15 | Проведение комплексов упражнений для совершенствования элементов гибкости | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 16 | Совершенствование техники стрельбы | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 17 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий на этапе углубленной специализации спортсменов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 18 | Проведение комплексов упражнений для совершенствование элементов динамики | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 19 | Совершенствование техники стрельбы | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 20 | Физическая подготовка, совершенствование техники | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|----------|----------|-----------|-----------|
| | двигательных действий у спортсменов на этапе углубленной специализации | | | | |
| 21 | Проведение комплекса упражнений для совершенствования элементов динамики | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 22 | Формирование навыков | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 23 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий у спортсменов на этапе спортивного совершенствования | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 24 | Проведение комплекса упражнений для совершенствования элементов статики | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 25 | Формирование навыков | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 26 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий на этапе спортивного совершенствования | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 27 | Проведение комплекса упражнений для совершенствования элементов статики | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 28 | Формирование навыков | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 29 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий у спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 30 | Формирование навыка оказания первой помощи на занятиях | 0 | 0 | 4 | 4 |
| 31 | Совершенствование техники стрелковых упражнений | 0 | 0 | 4 | 4 |
| 32 | Организация и проведение спортивно-массовой работы | 0 | 0 | 4 | 4 |
| 33 | Формирование навыка оказания первой доврачебной помощи | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 34 | Подготовка к оценке компетенций | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 35 | Сдача зачетных требований по дисциплине | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Часов в 7 семестре | 0 | 0 | 96 | 96 |
| | Теория и методика избранного вида спорта | 0 | 0 | 96 | 96 |
| 1 | Основа производства меткого выстрела | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 2 | Совершенствование техники выполнения базовых шагов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 3 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 4 | Обучение технике | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 5 | Физическая подготовка, обучение и | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|
| | совершенствование двигательным действиям | | | | |
| 6 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 7 | Производство выстрела | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 8 | Проведение основной части занятия для обучения САД | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 9 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 10 | Совершенствование технике выстрела | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 11 | Проведение основной части занятия для обучения элементам гибкости | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 12 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 13 | Совершенствование технике выстрела | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 14 | Проведение основной части занятия для обучения элементам гибкости | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 15 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 16 | Совершенствование технике выстрела | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 17 | Проведение основной части занятия для обучения элементам динамики | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 18 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 19 | Совершенствование технике выстрела | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 20 | Проведение основной части занятия для обучения элементам динамики | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 21 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 22 | Совершенствование технике выстрела | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 23 | Проведение основной части занятия для обучения элементам статики | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 24 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 25 | Совершенствование технике выстрела | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 26 | Проведение основной части занятия для обучения элементам статики | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 27 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 28 | Совершенствование технике выстрела | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 29 | Проведение основной части занятия для обучения прыжковым элементам | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 30 | Физическая подготовка, обучение, | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|---|----------|----------|-----------|-----------|
| | совершенствование техники двигательных действий | | | | |
| 31 | Совершенствование технике выстрела | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 32 | Проведение основной части занятия для обучения прыжковым элементам | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 33 | Обучение и совершенствование техническим и технико-тактическим действиям в стойке и партере | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 34 | Совершенствование технике выстрела | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 35 | Формирование навыка оказания первой помощи на занятиях | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 36 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий в стойке и партере | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 37 | Совершенствование техники выстрела | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 38 | Мини-соревнования "Я-судья" | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 39 | Физическая подготовка, совершенствование техники двигательных действий в стойке и партере | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 40 | Совершенствование технике выстрела | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 41 | Мини-соревнования "Я-судья" | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 42 | Физическая подготовка, совершенствование техники двигательных действий в стойке и партере | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 43 | Стрельба по правилам "ГТО" | 0 | 0 | 4 | 4 |
| 44 | Особенности проведения занятия с дошкольниками | 0 | 0 | 4 | 4 |
| 45 | Физическая подготовка, совершенствование техники двигательных действий в стойке и партере | 0 | 0 | 4 | 4 |
| 46 | Подготовка к оценке компетенций | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 47 | Выполнение зачетных требований по дисциплине | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Часов в 8 семестре | 0 | 0 | 66 | 66 |
| | Теория и методика избранного вида спорта | 0 | 0 | 66 | 66 |
| 1 | Совершенствование технике | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 2 | Особенности проведения занятий с дошкольниками | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 3 | Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе начальной подготовки спортсменов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 4 | Совершенствование технике | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 5 | Проведение основной части занятия для дошкольников | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|
| 6 | Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе начальной подготовки спортсменов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 7 | Совершенствование технике | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 8 | Проведение основной части физкультурно-оздоровительного занятия | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 9 | Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе ранней специализации спортсменов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 10 | Совершенствование технике выстрела | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 11 | Проведение основной части занятия для обучения элементам гибкости | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 12 | Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе ранней специализации спортсменов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 13 | Совершенствование технике выстрела | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 14 | Проведение основной части занятия для обучения элементам динамики | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 15 | Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе углубленной специализации спортсменов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 16 | Совершенствование техники | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 17 | Проведение основной части занятия для обучения элементам статики | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 18 | Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе углубленной специализации спортсменов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 19 | Формирование навыков | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 20 | Проведение основной части занятия для обучения прыжковым элементам | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 21 | Диагностика физического состояния спортсменов. Методика совершенствование физических кондиций на этапе спортивного совершенствования | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 22 | Формирование навыков | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 23 | Метод case-study в спортивной аэробике. Проведение основной части занятия для обучения акробатике | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 24 | Методика обучения и совершенствования техники | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|---|---|-----|-----|
| | двигательных действий и физических кондиций на этапе спортивного совершенствования спортсменов | | | | |
| 25 | формирование техники | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 26 | Мини-соревнование по ОФП и СФП | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 27 | Методика обучения и совершенствования технико-тактических двигательных действий и физических кондиций на этапе высшего спортивного мастерства | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 28 | формирование техники | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 29 | Мини-соревнования "Я-судья" | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 30 | Особенности организации и проведение личных соревнований. Методика совершенствования технико-тактических двигательных действий и физических кондиций | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 31 | Формирование навыков | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 32 | Подвижные игры в спортивной аэробике | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 33 | Особенности организации командных соревнований. Методика совершенствования технико-тактических двигательных действий и физических кондиций | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 34 | Подготовка к оценке компетенций | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 35 | Сдача зачетных требований по дисциплине | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого (ак.часов) | 0 | 0 | 290 | 290 |

Тематический план дисциплины ЗФО

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак. часов по теме |
|---|--|------------------------------------|----------------------|---|------------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 5 семестре | 0 | 0 | 12 | 12 |
| | Теория и методика избранного вида спорта | 0 | 0 | 12 | 12 |
| 1 | Техника безопасности стрельбы. Обучение работе с пневматической винтовкой | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 2 | Техника безопасности на занятиях единоборствами. Особенности физической подготовки на начальном этапе многолетней подготовки спортсменов. Формирование знаний, умений и двигательных навыков | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 3 | Обучение техники выполнения базовых шагов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 4 | Обучение техники стрельбы | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 5 | Физическая подготовка, совершенствование техники двигательных действий у спортсменов на этапах многолетней подготовки спортсменов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 6 | Проведение комплекса упражнений для обучения элементам динамики | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 7 | Подготовка к оценке компетенций | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 8 | Сдача зачетных требований по дисциплине | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Часов в 6 семестре | 0 | 0 | 12 | 12 |
| | Теория и методика избранного вида спорта | 0 | 0 | 12 | 12 |
| 1 | Техника безопасности стрельбы. Формирование техники стрелковых упражнений | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 2 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий у спортсменов на этапах многолетней подготовки спортсменов | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|---|---|---|----|----|
| 3 | Совершенствование техники выполнения базовых шагов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 4 | Совершенствование техники стрелковых упражнений | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 5 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий на этапах многолетней подготовки спортсменов. Организация и проведение спортивно-массовой работы | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 6 | Проведение комплекса упражнений для совершенствования элементов статики | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 7 | Подготовка к оценке компетенций | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 8 | Сдача зачетных требований по дисциплине | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Часов в 7 семестре | 0 | 0 | 16 | 16 |
| | Теория и методика избранного вида спорта | 0 | 0 | 16 | 16 |
| 1 | Основа производства меткого выстрела | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 2 | Совершенствование техники выполнения базовых шагов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 3 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 4 | Совершенствование технике выстрела | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 5 | Проведение основной части занятия для обучения элементам гибкости | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 6 | Физическая подготовка, обучение, совершенствование техники двигательных действий | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 7 | Мини-соревнования "Я-судья" | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 8 | Обучение и совершенствование техническим и технико-тактическим действиям в стойке и партере | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 9 | Подготовка к оценке компетенций | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 10 | Выполнение зачетных требований по дисциплине | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Часов в 8 семестре | 0 | 0 | 18 | 18 |
| | Теория и методика избранного вида спорта | 0 | 0 | 18 | 18 |
| 1 | Совершенствование технике | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 2 | Особенности проведения занятий с дошкольниками | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 3 | Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапах начальной подготовки и ранней специализации спортсменов | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|---|---|----|----|
| 4 | Совершенствование техники | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 5 | Метод case-study в спортивной аэробике. Проведение основной части занятия для обучения акробатике | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 6 | Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапе углубленной специализации спортсменов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 7 | Совершенствование техники | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 8 | Мини-соревнование по ОФП и СФП | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 9 | Методика обучения и совершенствования техники двигательных действий и физических кондиций на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства спортсменов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 10 | Подготовка к оценке компетенций | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 11 | Сдача зачетных требований по дисциплине | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого (ак.часов) | 0 | 0 | 58 | 58 |

4. Система оценивания.

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течение семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме дифференцированного зачета в 5,6,7,8 семестрах.

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
- от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 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: 26.09.2022). – Режим доступа: по подписке.

2. Иссурин, В. Б. Спортивный талант: прогноз и реализация: монография / В. Б. Иссурин. — Москва : Спорт-Человек, 2017. — 240 с. — ISBN 978-5-906839-83-1. — Текст : электронный. — URL: <https://e.lanbook.com/book/97551> (дата обращения: 26.09.2022).

3. Никитушкин, В. Г. Спорт высших достижений: теория и методика: учебное пособие / В. Г. Никитушкин, Ф. П. Суслов. – Москва: Спорт-Человек, 2017. – 320 с. – ISBN 978-5-9500178-0-3. – Текст: электронный. – URL: <https://e.lanbook.com/book/97552>(дата обращения: 26.09.2022). – Режим доступа: по подписке.

4. 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: 26.09.2022). - Режим доступа: по подписке.

5.2 Электронные образовательные 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/>

6. 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/>

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

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 и пр.

ПО, находящееся в свободном доступе:

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Для проведения лабораторных/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.

Аудитория для самостоятельной работы оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональные компьютеры.

ФГАОУ ВО «ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДЕНО

Заместителем директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

Симоновой Е.А.

РАЗРАБОТЧИКИ

Симонова Е.А., Самарин А.В.,

Дмитриева С.В., Чаюн Д.В.,

Базилевич М.В.

Теория и методика обучения базовым видам спорта
Рабочая программа для обучающихся по направлению подготовки
49.03.01 Физическая культура
профиль подготовки «Физическая культура и спорт»
реализуемым по индивидуальным образовательным траекториям на основе модели «2+2»
форма обучения (заочная)

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

1.1. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины: (ОПК-3, ОПК-4 ОПК-13, ОПК-14, ОПК-15, ПК-1)

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Теория и методика обучения базовым видам спорта

В результате освоения дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта» бакалавр должен обладать общепрофессиональными (ОПК) и профессиональными (ПК) компетенциями:

ОПК-3: Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.

ОПК-4: Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовать участие спортсменов в соревнованиях и избранном виде спорта.

ОПК-13: Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта.

ОПК-14: Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.

ОПК-15: Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий

ПК-1: Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы начального, основного, среднего общего образования, дополнительного образования детей в области физической культуры и спорта.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен приобрести:

Знания:

- о теории физической культуры и спорта, физиологических характеристик нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста;
- методике обучения, спортивной тренировки и способах совершенствования техники в базовых видах спорта.

Умения:

- в планировании и разработке организационно-методической документации;
- в проведении тренировочных занятий;
- в организации и проведении соревнований по базовым видам спорта;
- в проведении контроля в тренировочном и образовательном процессе.

Навыки:

- применения современных методик для обучения и тренировке в базовых видах спорта;
- проведения спортивного отбора и спортивной ориентации в процессе занятий;
- проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов спорта с детьми начального, основного, среднего общего образования и дополнительного образования.

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

| Вид учебной работы | | Всего (ак.ч.) | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--|-----------------|---------------|---------------------------------|
| | | | 4 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 8 | 8 |
| | ак.ч. | 288 | 288 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 38 | 38 |
| Лекции | | 0 | 0 |
| Практические занятия | | 0 | 0 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 36 | 36 |
| Консультации | | 2 | 2 |
| Часы внеаудиторной работы, включая иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 246 | 246 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | 4 | Дифференцированный зачет |

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|-----------|--|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 4 семестр | | | | | |
| 1. | Теория и методика обучения базовым видам спорта: Лыжный спорт. Попеременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход. Одновременный одношажный ход. Попеременный четырехшажный ход. Рациональная техника классических лыжных ходов. Техника классических лыжных ходов. | 0 | 0 | 6 | 6 |
| 2. | Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика. Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. | 0 | 0 | 8 | 8 |

| | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|
| | Акробатические упражнения. Вольные упражнения. Упражнения на гимнастических снарядах. Контроль технической и теоретической подготовленности студентов по гимнастике. | | | | |
| 3. | Теория и методика обучения базовым видам спорта: Легкая атлетика. Методика обучения и совершенствования специальным техникой беговым упражнениям легкоатлета. Методика обучения и совершенствования техники бега на короткие дистанции. Методика обучения и совершенствования техники бега на средние и длинные дистанции. Организация и проведение подвижных игр для обучения бегу. Методика обучения и совершенствования техники эстафетного бега на короткие дистанции. Методика обучения и совершенствования техники эстафетного бега на средние и смешанные дистанции. Проведения занятий по легкой атлетике со школьниками младших классов. Контроль технической и теоретической подготовленности по легкой атлетике. | 0 | 0 | 8 | 8 |
| 4. | Теория и методика обучения базовым видам спорта: Плавание Биомеханические основы техники плавания. Общие требования к рациональной технике спортивного плавания. Обучение и совершенствование техники плавания способом кроль на груди. Техника стартов и поворотов при плавании способом кроль на груди. Оценка техники плавания способами кроль на груди и кроль на спине. | 0 | 0 | 6 | 6 |
| 5. | Теория и методика обучения базовым видам спорта: Спортивные игры | 0 | 0 | 8 | 8 |

| | | | | | |
|---|---|---|---|----|----|
| | Баскетбол как базовый вид спорта. Основы техники перемещений в баскетболе. Основы техники владения мячом в баскетболе. Техника ловли и передачи. Техника ведения мяча. Техника броска мяча с дистанции. Техника броска мяча в движении. Основы техники защиты в баскетболе. Техника перехвата мяча. Техника противодействия броску. Основы организации и проведения соревнований в баскетболе. | | | | |
| n | | 0 | 0 | 36 | 36 |
| | Итого (ак. часов) | 0 | 0 | 36 | 36 |

4. Система оценивания.

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течение семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме дифференцированного зачета.

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- от 0 до 60 баллов – «не зачтено»;
- от 61 до 100 баллов – «зачтено».
- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
- от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 Литература:

1. Анушкевич, Н. В. Техника и методика обучения плаванию [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Н. В. Анушкевич, М. А. Дедловский. - Барнаул: [б. и.], 2013. - 98 с.: ил. - Загл. из текста. - Режим доступа: <http://icdlib.nspu.ru/catalog/details/icdlib/645241/> (28.03.2022).

2. Булгакова Н.Ж. Теория и методика плавания: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Н. Ж. Булгакова, О. И. Попов, Е.А.Распопова; под ред. Н.Ж.Булгаковой. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 320 с.

3. 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> (28.03.2022).

4. 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> (28.03.2022).

5. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Лыжный спорт: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / [Г.А. Сергеев, Е.В. Мурашко, Г.В. Сергеева и др.]; под ред. Г.А. Сергеева. – М. : Издательский центр «Академия», 2013. – 176 с.

5.2 Электронные образовательные 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/>

6. 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/>

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

Аудитория для проведения занятий лабораторного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: 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 раздевальные 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, копьё, 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 руках 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-электрон» 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).

Аудитория для самостоятельной работы оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональные компьютеры.

УТВЕРЖДЕНО

Заместителем директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

Симоновой Е.А.

РАЗРАБОТЧИКИ

Симонова Е.А., Самарин А.В.,

Дмитриева С.В., Чаюн Д.В.,

Базилевич М.В.

Теория и методика обучения базовым видам спорта
Рабочая программа для обучающихся по направлению подготовки
49.03.01, Физическая культура
профиль подготовки «Физическая культура и спорт»
реализуемым по индивидуальным образовательным траекториям на основе модели «2+2»
форма обучения (заочная)

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

1.1. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины: (ОПК-3, ОПК-4 ОПК-13, ОПК-14, ОПК-15, ПК-1)

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Теория и методика обучения базовым видам спорта

В результате освоения дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта» бакалавр должен обладать общепрофессиональными (ОПК) и профессиональными (ПК) компетенциями:

ОПК-3: Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.

ОПК-4: Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовать участие спортсменов в соревнованиях и избранном виде спорта.

ОПК-13: Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта.

ОПК-14: Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.

ОПК-15: Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий

ПК-1: Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы начального, основного, среднего общего образования, дополнительного образования детей в области физической культуры и спорта.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен приобрести:

Знания:

- о теории физической культуры и спорта, физиологических характеристик нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста;
- методике обучения, спортивной тренировки и способах совершенствования техники в базовых видах спорта.

Умения:

- в планировании и разработке организационно-методической документации;
- в проведении тренировочных занятий;
- в организации и проведения соревнований по базовым видам спорта;
- в проведении контроля в тренировочном и образовательном процессе.

Навыки:

- применения современных методик для обучения и тренировке в базовых видах спорта;
- проведения спортивного отбора и спортивной ориентации в процессе занятий;
- проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов спорта с детьми начального, основного, среднего общего образования и дополнительного образования.

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

| Вид учебной работы | | Всего (ак.ч.) | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--|-----------------|---------------|---------------------------------|
| | | | 5 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 5 | 5 |
| | ак.ч. | 180 | 180 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 24 | 24 |
| Лекции | | 0 | 0 |
| Практические занятия | | 0 | 0 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 22 | 22 |
| Консультации | | 2 | 2 |
| Часы внеаудиторной работы, включая иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 152 | 152 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | 4 | Дифференцированный зачет |

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|------------------|--|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 5 семестр | | | | | |
| 1. | Теория и методика обучения базовым видам спорта: Лыжный спорт. Техника коньковых ходов. Полуконьковый ход. Одновременный двухшажный коньковый ход. Одновременный одношажный коньковый ход. Техника коньковых лыжных ходов Коньковый ход Рациональная техника коньковых лыжных ходов. | 0 | 0 | 4 | 4 |
| 2. | Теория и методика обучения | 0 | 0 | 4 | 4 |

| | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|
| | <p>базовым видам спорта: Гимнастика. Упражнения на гимнастических снарядах. Опорные прыжки. Тестирование специальной физической подготовленности.</p> | | | | |
| 3. | <p>Теория и методика обучения базовым видам спорта: Легкая атлетика. Методика обучения и совершенствование технике прыжков в высоту способом «Перешагивание». Методика обучения и совершенствование технике прыжков в высоту способом «Перекидной». Методика обучения и совершенствование технике прыжков в высоту способом «Фосбери-флоп». Организация и проведение подвижных игр для обучения прыжкам в высоту. Проведение соревнований по прыжкам в высоту. Методика обучения и совершенствование технике барьерного бега на 100 и 110 метров Методика обучения и совершенствование технике барьерного бега на 400 метров. Методика обучения и совершенствование технике бега с препятствиями. Проведение соревнований по барьерному бегу.</p> | 0 | 0 | 5 | 5 |
| 4. | <p>Теория и методика обучения базовым видам спорта: Плавание Совершенствование техники плавания способами кроль на груди и кроль на спине. Совершенствование техники плавания способами брасс и баттерфляй, обучение стартам и поворотам. Техника плавания способом на боку. Транспортировка пострадавшего и оказание первой помощи. Изучение техники и методики обучения нырянию в длину и глубину. Совершенствование техники спортивных способов плавания. Упражнения для развития темпа и силы гребка. Совершенствование техники подводной части дистанции в</p> | 0 | 0 | 4 | 4 |

| | | | | | |
|----|--|---|---|----|----|
| | спортивных способах плавания. Основы техники старта и поворота в спортивном плавании. Составление положения о соревнованиях по плаванию. | | | | |
| 5. | Теория и методика обучения базовым видам спорта: Спортивные игры Футбол как базовый вид спорта. Методика обучения технике перемещений в футболе. Методика обучения технике владения мячом в футболе. Методика обучения технике овладения мячом в футболе. Методика обучения технике игры вратаря в футболе. Методика обучения стандартным положениям в мини футболе. Методика обучения тактике игры в нападении. Методика обучения тактике игры в обороне. «Физическая подготовка в футболе». «Контроль физической подготовленности в футболе». | 0 | 0 | 5 | 5 |
| п | | 0 | 0 | 22 | 22 |
| | Итого (ак. часов) | 0 | 0 | 22 | 22 |

4. Система оценивания.

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течение семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме дифференцированного зачета.

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- от 0 до 60 баллов – «не зачтено»;
- от 61 до 100 баллов – «зачтено».

- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
- от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 Литература:

1. Анушкевич, Н. В. Техника и методика обучения плаванию [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Н. В. Анушкевич, М. А. Дедловский. - Барнаул: [б. и.], 2013. - 98 с.: ил. - Загл. из текста. - Режим доступа: <http://icdlib.nspu.ru/catalog/details/icdlib/645241/> (28.03.2022).

2.Булгакова Н.Ж. Теория и методика плавания: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Н. Ж. Булгакова, О. И. Попов, Е.А.Распопова; под ред. Н.Ж.Булгаковой. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 320 с.

3.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> (28.09.2022).

4. 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> (28.09.2022).

5.Теория и методика обучения базовым видам спорта. Лыжный спорт: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / [Г.А. Сергеев, Е.В. Мурашко, Г.В. Сергеева и др.]; под ред. Г.А. Сергеева. – М. : Издательский центр «Академия», 2013. – 176 с.

5.2 Электронные образовательные 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/>

6. 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/>

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

Аудитория для проведения занятий лабораторного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: 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 раздевальные 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 руках 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).

Аудитория для самостоятельной работы оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональные компьютеры.

УТВЕРЖДЕНО

Заместителем директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

Симоновой Е.А.

РАЗРАБОТЧИКИ

Симонова Е.А., Самарин А.В.,

Дмитриева С.В., Чаюн Д.В.,

Базилевич М.В.

Теория и методика обучения базовым видам спорта
Рабочая программа для обучающихся по направлению подготовки
49.03.01, Физическая культура
профиль подготовки «Физическая культура и спорт»
реализуемым по индивидуальным образовательным траекториям на основе модели «2+2»
форма обучения (заочная)

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

1.1. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины: (ОПК-3, ОПК-4 ОПК-13, ОПК-14, ОПК-15, ПК-1)

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Теория и методика обучения базовым видам спорта

В результате освоения дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта» бакалавр должен обладать общепрофессиональными (ОПК) и профессиональными (ПК) компетенциями:

ОПК-3: Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.

ОПК-4: Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовать участие спортсменов в соревнованиях и избранном виде спорта.

ОПК-13: Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта.

ОПК-14: Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.

ОПК-15: Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий

ПК-1: Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы начального, основного, среднего общего образования, дополнительного образования детей в области физической культуры и спорта.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен приобрести:

Знания:

- о теории физической культуры и спорта, физиологических характеристик нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста;
- методике обучения, спортивной тренировки и способах совершенствования техники в базовых видах спорта.

Умения:

- в планировании и разработке организационно-методической документации;
- в проведении тренировочных занятий;
- в организации и проведении соревнований по базовым видам спорта;
- в проведении контроля в тренировочном и образовательном процессе.

Навыки:

- применения современных методик для обучения и тренировке в базовых видах спорта;
- проведения спортивного отбора и спортивной ориентации в процессе занятий;
- проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов спорта с детьми начального, основного, среднего общего образования и дополнительного образования.

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

| Вид учебной работы | | Всего (ак.ч.) | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--|-----------------|---------------|---------------------------------|
| | | | 6 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 9 | 9 |
| | ак.ч. | 324 | 324 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 28 | 28 |
| Лекции | | 0 | 0 |
| Практические занятия | | 0 | 0 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 26 | 26 |
| Консультации | | 2 | 2 |
| Часы внеаудиторной работы, включая иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 292 | 292 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | 4 | Дифференцированный зачет |

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|-----------|---|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 6 семестр | | | | | |
| 1. | Теория и методика обучения базовым видам спорта: Лыжный спорт. Техника коньковых лыжных ходов. Подготовительные и подводящие упражнения. Полуконьковый ход. Одновременный двухшажный коньковый ход. Одновременный одношажный коньковый ход, Коньковый ход без использования палок. | 0 | 0 | 4 | 4 |
| 2. | Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика. Общеразвивающие упражнения. | 0 | 0 | 6 | 6 |

| | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|
| | <p>Методика обучения и особенности проведения с занимающимися общеразвивающих упражнений, выполняемых поточным и проходным способом, на гимнастической стенке и гимнастической скамейке. Упражнения на гимнастических снарядах: кольца, брус, конь с ручками, Опорные прыжки.</p> | | | | |
| 3. | <p>Теория и методика обучения базовым видам спорта: Легкая атлетика. Освоение техники и методика обучения прыжков в высоту. Сформировать представление о технике прыжков в высоту способами «Перешагивание», «Фосбери-флоп». Рассмотреть типичные ошибки в технике прыжков в высоту способами «Перешагивание», «Фосбери-флоп» Обучить методике преподавания прыжков в высоту способами «Перешагивание», «Фосбери-флоп» Изучить основные правила в проведении соревнований по прыжкам в высоту. Освоение техники и методика обучения спортивной ходьбы. Сформировать представление о технике спортивной ходьбы. Рассмотреть типичные ошибки в технике спортивной ходьбы. Обучить методике преподавания спортивной ходьбы. Изучить основные правила в проведении соревнований по спортивной ходьбе.</p> | 0 | 0 | 6 | 6 |
| 4. | <p>Теория и методика обучения базовым видам спорта: Плавание Техника плавания способом брасс. Общая характеристика способа, положение тела и движение ногами Техника плавания способом брасс. Движение руками и общее согласование движений рук с дыханием. Обучение технике поворота «маятником», старту с тумбочки с последующим выполнением цикла длинного гребка руками и удара ногами. Техника плавания способом брасс. Плавание при помощи рук, при помощи ног, общее согласование движений, плавание в полной</p> | 0 | 0 | 4 | 4 |

| | | | | | |
|----|---|---|---|----|----|
| | координации. Проплыть на технику 50 метров брассом, включая старт и повороты (без учета времени). | | | | |
| 5. | Теория и методика обучения базовым видам спорта: Футбол Методика обучения технике владения мячом в футболе. Сформировать представление об обучении ведению мяча в футболе. Сформировать представление об обучении ударам по мячу в футболе. Овладеть методикой обучения технике ведения мяча. Методика обучения технике игры в защите. Игра полевого игрока и вратаря в футболе. Сформировать представление об обучении технике игры вратаря в футболе. Рассмотреть методические приемы для обучения технике вратаря. Овладеть методикой обучения технике стоек, перемещений, ловли, отбивания мяча вратарем в футболе. | 0 | 0 | 6 | 6 |
| n | | 0 | 0 | 26 | 26 |
| | Итого (ак. часов) | 0 | 0 | 26 | 26 |

4. Система оценивания.

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течение семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме дифференцированного зачета.

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- от 0 до 60 баллов – «не зачтено»;
- от 61 до 100 баллов – «зачтено».
- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
- от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 Литература:

1. Анушкевич, Н. В. Техника и методика обучения плаванию [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Н. В. Анушкевич, М. А. Дедловский. - Барнаул: [б. и.], 2013. - 98 с.: ил. - Загл. из текста. - Режим доступа: <http://icdlib.nspu.ru/catalog/details/icdlib/645241/> (28.03.2022).

2. Булгакова Н.Ж. Теория и методика плавания: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Н. Ж. Булгакова, О. И. Попов, Е.А.Распопова; под ред. Н.Ж.Булгаковой. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 320 с.

3. 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> (28.03.2022).

4. 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> (28.03.2022).

5. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Лыжный спорт: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / [Г.А. Сергеев, Е.В. Мурашко, Г.В. Сергеева и др.]; под ред. Г.А. Сергеева. – М. : Издательский центр «Академия», 2013. – 176 с.

5.2 Электронные образовательные 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/>

6. 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/>

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

Аудитория для проведения занятий лабораторного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: 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 раздевальные 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 руках 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).

Аудитория для самостоятельной работы оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональные компьютеры.

УТВЕРЖДЕНО

Заместителем директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

Симоновой Е.А.

РАЗРАБОТЧИКИ

Симонова Е.А., Самарин А.В.,

Дмитриева С.В., Чаюн Д.В.,

Базилевич М.В.

Теория и методика обучения базовым видам спорта
Рабочая программа для обучающихся по направлению подготовки
49.03.01 Физическая культура
профиль подготовки «Физическая культура и спорт»
реализуемым по индивидуальным образовательным траекториям на основе модели «2+2»
форма обучения (заочная)

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

1.1. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины: (ОПК-3, ОПК-4, ОПК-13, ОПК-14, ОПК-15, ПК-1)

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Теория и методика обучения базовым видам спорта

В результате освоения дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта» бакалавр должен обладать общепрофессиональными (ОПК) и профессиональными (ПК) компетенциями:

ОПК-3: Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.

ОПК-4: Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовать участие спортсменов в соревнованиях и избранном виде спорта.

ОПК-13: Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта.

ОПК-14: Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.

ОПК-15: Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий

ПК-1: Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы начального, основного, среднего общего образования, дополнительного образования детей в области физической культуры и спорта.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен приобрести:

Знания:

- о теории физической культуры и спорта, физиологических характеристик нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста;

- методике обучения, спортивной тренировки и способах совершенствования техники в базовых видах спорта.

Умения:

- в планировании и разработке организационно-методической документации;

- в проведении тренировочных занятий;

- в организации и проведения соревнований по базовым видам спорта;

- в проведении контроля в тренировочном и образовательном процессе.

Навыки:

- применения современных методик для обучения и тренировки в базовых видах спорта;

- проведения спортивного отбора и спортивной ориентации в процессе занятий;

- проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов спорта с детьми начального, основного, среднего общего образования и дополнительного образования.

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

| Вид учебной работы | Всего ак. ч. | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--------------------|--------------|---------------------------------|
|--------------------|--------------|---------------------------------|

| | | | |
|--|-----------------|-----|--------------------------|
| | | | 7 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 8 | 8 |
| | ак. ч. | 288 | 288 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 30 | 30 |
| Лекции | | 0 | 0 |
| Практические занятия | | 0 | 0 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 28 | 28 |
| Консультации | | 2 | 2 |
| Часы внеаудиторной работы, включая иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 254 | 254 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | 4 | Дифференцированный зачет |

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|-----------|--|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 семестр | | | | | |
| 1 | Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика: Акробатические упражнения, методики обучения и совершенствование техники выполнения перекатов, кувырка вперед и назад, стойки на лопатках и голове, мосту. Проведение отдельных частей урока по заданию преподавателя. Методика проведения подвижных игр на уроках гимнастики с дошкольниками. | | | 6 | |
| 2 | Теория и методика обучения базовым видам спорта. Легкая атлетика: Освоение и совершенствование техники и | | | 6 | |

| | | | | | |
|---|---|--|--|---|--|
| | <p>методика обучения метаний способом «Бросок из-за головы». Освоение и совершенствование техники и методика обучения метаний способами "с поворотом" и «толчком». Организация и проведение подвижных игр для легкоатлетических метаний. Проведение соревнований по метаниям Освоение и совершенствование техники и методика обучения тройного прыжка. Совершенствование техники беговых видов в легкоатлетическом многоборье. Совершенствование техники в прыжковых видах легкоатлетического многоборья. Совершенствование техники в метаниях легкоатлетического многоборья. Особенности проведения соревнований по многоборью</p> | | | | |
| 3 | <p>Теория и методика обучения базовым видам спорта. Лыжные гонки: Правила соревнований по лыжным гонкам. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Правила соревнований по лыжным гонкам. Документация. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Проведение соревнований по лыжному спорту. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. Традиционные средства коммуникации в учебно-тренировочном процессе подготовки лыжников – гонщиков. Традиционные и инновационные средства коммуникации в учебно-тренировочном процессе. Горнолыжный спорт. Формирование технического арсенала горнолыжника Горнолыжный спорт. Способы спуска на горных лыжах. Исправление возникающих ошибок. Горнолыжный спорт. Профилактика травматизма и правила поведения на горе и на подъемнике. Горнолыжный спорт. Совершенствование техники спуска на горных лыжах. Горнолыжный спорт. Организация и проведение соревнований по слалому. Особенности проведения соревнований по лыжному спорту</p> | | | 6 | |

| | | | | | |
|---|--|---|---|----|----|
| 4 | <p>Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание: Упражнения для совершенствования техники плавания. Методика развития темпа и силы гребка. Отработка подводной части дистанции в спортивных способах плавания. Техника стартового прыжка с тумбы. Методика совершенствования поворотов в спортивных способах плавания. Методы обучения в плавании. Способы и приемы при построении учебного и тренировочного занятия по плаванию. Общеразвивающие, специальные и имитационные упражнения в плавании. Методика применения подготовительных упражнений в плавании. Подготовка и проведение учебного занятия по плаванию. Организация и проведение соревнований по плаванию.</p> | | | 6 | |
| 5 | <p>Теория и методика обучения базовым видам спорта. Спортивные игры: Методика проведения подвижных игр на занятиях 1-4 классов. Методика проведения подвижных игр на занятиях 5-8 классов. Методика проведения подвижных игр на занятиях 9-11 классов. Методика проведения подвижных игр с элементами спортивных игр. Методика проведения подвижных игр с элементами видов спорта. Методика проведения игр-эстафет и народных подвижных игр. Методика проведения подвижных игр для детей с нарушениями в состоянии здоровья. Методика проведения подвижных игр в оздоровительных и спортивных лагерях. Методика организации и проведения физкультурно-спортивного мероприятия в образовательном учреждении.</p> | | | 4 | |
| n | | 0 | 0 | 28 | 28 |
| | Итого (ак. часов) | 0 | 0 | 28 | 28 |

4. Система оценивания.

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течение семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме дифференцированного зачета.

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- от 0 до 60 баллов – «не зачтено»;
- от 61 до 100 баллов – «зачтено».
- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
- от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 Литература:

1. Анушкевич, Н. В. Техника и методика обучения плаванию [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Н. В. Анушкевич, М. А. Дедловский. - Барнаул: [б. и.], 2013. - 98 с.: ил. - Загл. из текста. - Режим доступа: <http://icdlib.nspu.ru/catalog/details/icdlib/645241/> (28.03.2022).

2. Булгакова Н.Ж. Теория и методика плавания: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Н. Ж. Булгакова, О. И. Попов, Е.А.Расопова; под ред. Н.Ж.Булгаковой. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 320 с.

3. 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> (28.03.2022).

4. 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> (28.03.2022).

5. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Лыжный спорт: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / [Г.А. Сергеев, Е.В. Мурашко, Г.В. Сергеева и др.]; под ред. Г.А. Сергеева. – М. : Издательский центр «Академия», 2013. – 176 с.

5.2 Электронные образовательные 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/>

6. 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

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

Аудитория для проведения занятий лабораторного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: 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 раздевальные 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.

Аудитория для самостоятельной работы оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональные компьютеры.

ФГАОУ ВО «ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДЕНО

Заместителем директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

Симоновой Е.А.

РАЗРАБОТЧИКИ

Симонова Е.А., Самарин А.В.,

Дмитриева С.В., Чаюн Д.В.,

Базилевич М.В.

Теория и методика обучения базовым видам спорта
Рабочая программа для обучающихся по направлению подготовки
49.03.01 Физическая культура
профиль подготовки «Физическая культура и спорт»
реализуемым по индивидуальным образовательным траекториям на основе модели «2+2»
форма обучения (заочная)

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

1.1. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины: (ОПК-3, ОПК-4 ОПК-13, ОПК-14, ОПК-15, ПК-1)

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Теория и методика обучения базовым видам спорта

В результате освоения дисциплины «Школа современного тренера: этап начальной подготовки» бакалавр должен обладать общепрофессиональными (ОПК) и профессиональными (ПК) компетенциями:

ОПК-3: Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.

ОПК-4: Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовать участие спортсменов в соревнованиях и избранном виде спорта.

ОПК-13: Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта.

ОПК-14: Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.

ОПК-15: Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий.

ПК-1: Способен разрабатывать программы физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, программы в сфере физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен приобрести:

Знания:

- средств, методов, приемов и материально-техническое обеспечение базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- правил соревнований по базовым видам спорта (гимнастика, легкая атлетика, плавание, спортивные игры, лыжный спорт);
- методики обучения спортивной тренировки и способах совершенствования техники в базовых видах спорта;
- средств и методов осуществления контроля тренировочного и образовательного процесса в базовых видах спорта.

Умения:

- разрабатывать программы физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, программы в сфере физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг;
- проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий в проведении тренировочных занятий;
- осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса
- осуществлять организацию и судейство соревнований по базовым видам спорта

Навыки:

- разработки программ физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, программы в сфере физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг;
- проведения занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;

- судейства соревнований по базовым видам спорта (гимнастика, легкая атлетика, плавание, спортивные игры, лыжный спорт);
- осуществления контроля тренировочного и образовательного процесса в базовых видах спорта

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

| Вид учебной работы | | Всего часов в семестре |
|---|----------|------------------------|
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 8 |
| | час | 252 |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 30 |
| Лекции | | 0 |
| Практические занятия | | 0 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 28 |
| Консультации | | 2 |
| Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося | | 213 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен) | | Экзамен |

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|---|--|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 8 семестре | 0 | 0 | 28 | 28 |
| 1 | Сноубординг Знакомство с техническим арсеналом сноубордиста. Техника безопасности при проведении занятий на слоне. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 2 | Сноубординг Освоение упражнений техники: стойки. Изучение специальных упражнений для освоения техники стойки | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 3 | Сноубординг Отработка прохождения отрезков трассы (резаные повороты). Техническая подготовка сноубордиста. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 4 | Гимнастика Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя. | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|
| 5 | Легкая атлетика Проведение занятий в беге на короткие дистанции | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 6 | Плавание Методико-практическое занятие направленное на совершенствование техники плавания способом кроль на груди | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 7 | Спортивные игры Методика проведения тренировочного занятия по спортивным играм | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 8 | Гимнастика Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 9 | Легкая атлетика Проведение занятий в беге на средние и длинные дистанции | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 10 | Плавание Методико-практическое занятие направленное на совершенствование техники плавания кролем на спине | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 11 | Спортивные игры Методика проведения тренировочного занятия по спортивным играм | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 12 | Гимнастика Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 13 | Легкая атлетика Проведение занятий в эстафетном беге | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 14 | Плавание Методико-практическое занятие направленное на совершенствование техники плавания способом брасс | 0 | 0 | 2 | 2 |

4. Система оценивания.

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»

Пропущенные занятия студент обязан отработать, выполняя самостоятельно и индивидуально задания по соответствующим темам. Преподаватель обязан ознакомить студентов с графиком отработки пропущенных занятий.

В случае не полного выполнения указанных условий по уважительной причине, студент может получить индивидуальные задания и консультации по пропущенному учебному материалу.

При подготовке к устному экзамену 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 оценивания:

Критерии выставления экзаменационной оценки за ответы на вопросы билета:

Оценку «отлично» получает бакалавр, показавший всестороннее, систематическое и глубокое знание теоретического материала дисциплины по материалам лабораторных и самостоятельных занятий, основной и дополнительной литературы, интернет-источников; умение успешно выполнять практические задания, решать ситуационные задачи, формулируя выводы на основе анализа и интерпретации полученных данных.

Оценку «хорошо» получает бакалавр, обнаруживший прочные знания теоретического материала и базовых знаний дисциплины, успешно выполняющий практические задания, имеющий способность к самообразованию в процессе профессиональной деятельности.

Оценку «удовлетворительно» получает бакалавр, обнаруживший знание теоретического материала в объеме, необходимом для предстоящей работы по профессии, справляющийся с выполнением практических заданий, знакомый с основной литературой рекомендованными программой дисциплины.

Оценка «неудовлетворительно» ставится бакалавру, 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).

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 Литература:

1. Анушкевич, Н. В. Техника и методика обучения плаванию [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Н. В. Анушкевич, М. А. Дедловский. - Барнаул: [б. и.], 2013. - 98 с.: ил. - Загл. из текста. - Режим доступа: <http://icdlib.nspu.ru/catalog/details/icdlib/645241/> (28.09.2022).

2. Булгакова Н.Ж. Теория и методика плавания: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Н. Ж. Булгакова, О. И. Попов, Е.А.Распопова; под ред. Н.Ж.Булгаковой. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 320 с.

3. 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> (28.09.2022).

4. Губа, В. П. Теория и методика спортивных игр: учебник / В. П. Губа; под редакцией А. А. Алексева; художник К. А. Тихонова. — Москва: Спорт-Человек, 2020. — 720 с. — ISBN 978-5-907225-41-1. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/165128> (28.09.2022).

5. 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> (28.09.2022).

6. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Лыжный спорт: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / [Г.А. Сергеев, Е.В. Мурашко, Г.В. Сергеева и др.]; под ред. Г.А. Сергеева. – М. : Издательский центр «Академия», 2013. – 176 с.

5.2 Электронные образовательные 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/>

6. 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/>

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

Аудитория для проведения занятий лабораторного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: 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 раздевальные 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, 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).

Аудитория для самостоятельной работы оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональные компьютеры.

ФГАОУ ВО «ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДЕНО

Заместителем директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

Симоновой Е.А.

РАЗРАБОТЧИК

Богданова В. А.

Теория и методика оздоровительной физической культуры
Рабочая программа
для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура
профиль подготовки «Физическая культура и спорт»
реализуемым по индивидуальным образовательным траекториям на основе модели «2+2»
форма обучения (очная, заочная)

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

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

ОПК-6; ПК-2.

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знания:

- основные понятия категории «здоровья», сущность культуры здоровья и ее проявления;
- методы получения данных в области оздоровительной физической культуры;
- научные концепции здоровьесберегающих технологий и их медико-гигиенические основы;
- особенности методики и организации оздоровительной работы.

Умения:

- оперировать терминологией в области знаний здоровьесбережения;
- самостоятельно приобретать новые знания о здоровьесбережении, его проблемах и тенденциях развития новых здоровьесберегающих технологий;
- использовать специальные понятия и категории здоровьесбережения при планировании физкультурно-образовательной деятельности.

Навыки:

- критического анализа информации по актуальным вопросам теории и методики оздоровительной физической культуры;
- интерпретации результатов исследования диагностики в профессиональной деятельности.

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

| | | ОФО | |
|--|-----------------|-------------|---------------------------------|
| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
| | | | 7 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 4 | 4 |
| | час | 144 | 144 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 64 | 64 |
| Лекции | | 32 | 32 |
| Практические занятия | | 32 | 32 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 0 | 0 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 80 | 80 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | | Экзамен |

Таблица 1.1

ЗФО

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--|-----------------|-------------|---------------------------------|
| | | | 7 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 4 | 4 |
| | час | 144 | 144 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 18 | 18 |
| Лекции | | 8 | 8 |
| Практические занятия | | 10 | 10 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 0 | 0 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 126 | 126 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | | Экзамен |

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

ОФО

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|---|--|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 7 семестре | 32 | 32 | 0 | 64 |
| | Теория и методика оздоровительной физической культуры | 32 | 32 | 0 | 64 |
| 1 | Исторические предпосылки развития культуры здоровья личности | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 2 | Исторические предпосылки развития культуры здоровья личности | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 3 | Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 4 | Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 5 | Современные подходы к проблеме сохранения здоровья подрастающего поколения | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 6 | Современные подходы к проблеме сохранения здоровья подрастающего | 0 | 2 | 0 | 2 |

| | | | | | |
|----|---|----|----|---|----|
| | поколения | | | | |
| 7 | Педагогическая система действий по развитию культуры здоровья учащихся | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 8 | Педагогическая система действий по развитию культуры здоровья учащихся | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 9 | Подготовка педагогов к здоровьесберегающему воспитанию школьников | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 10 | Контроль по теме: "Исторические предпосылки развития культуры личности" | 0 | 4 | 0 | 4 |
| 11 | Индивидуализация обучения как условие сохранения здоровья подрастающего поколения | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 12 | Индивидуализация обучения как условие сохранения здоровья подрастающего поколения | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 13 | Развитие культуры здоровья подростков в учебное время | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 14 | Развитие культуры здоровья подростков в учебное время | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 15 | Психолого-педагогические условия становления личностной культуры здоровья в подростковом возрасте | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 16 | Психолого-педагогические условия становления личностной культуры здоровья в подростковом возрасте | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 17 | Система разработки программ содействия здоровью. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 18 | Система разработки программ содействия здоровью | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 19 | Формы, методы и средства здоровьесберегающей деятельности | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 20 | Контроль по разделу: "Формы, методы и средства здоровьесберегающей деятельности" | 0 | 4 | 0 | 4 |
| 21 | Методика и организация оздоровительной работы | 4 | 0 | 0 | 4 |
| 22 | Методика и организация оздоровительной работы | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 23 | Методы педагогики здоровья | 4 | 0 | 0 | 4 |
| 24 | Методы педагогики здоровья | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 25 | Здоровье и его охрана | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 26 | Здоровье и его охрана | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 27 | Здоровье и его охрана | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 28 | Здоровье и его охрана | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 29 | Консультация | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 30 | Теория и методика оздоровительной физической культуры | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого (ак.часов) | 32 | 32 | 0 | 64 |

Таблица 2.1

ЗФО

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак. час.) | | | Итого аудиторных ак. часов по теме |
|----|---|-------------------------------------|----------------------|---|------------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 7 семестре | 8 | 10 | 0 | 18 |
| | Теория и методика оздоровительной физической культуры | 8 | 10 | 0 | 18 |
| 1 | Исторические предпосылки развития культуры здоровья личности | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 2 | Исторические предпосылки развития культуры здоровья личности | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 3 | Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 4 | Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 5 | Современные подходы к проблеме сохранения здоровья подрастающего поколения | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 6 | Современные подходы к проблеме сохранения здоровья подрастающего поколения | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 7 | Педагогическая система действий по развитию культуры здоровья учащихся | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 8 | Педагогическая система действий по развитию культуры здоровья учащихся | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 9 | Подготовка педагогов к здоровьесберегающему воспитанию школьников | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 10 | Контроль по теме: "Исторические предпосылки развития культуры личности" | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 11 | Индивидуализация обучения как условие сохранения здоровья подрастающего поколения | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 12 | Индивидуализация обучения как условие сохранения здоровья подрастающего поколения | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 13 | Развитие культуры здоровья подростков в учебное время | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 14 | Развитие культуры здоровья подростков в | 0 | 0 | 0 | 0 |

| | | | | | |
|----|---|---|----|---|----|
| | учебное время | | | | |
| 15 | Психолого-педагогические условия становления личностной культуры здоровья в подростковом возрасте | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 16 | Психолого-педагогические условия становления личностной культуры здоровья в подростковом возрасте | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 17 | Система разработки программ содействия здоровью. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 18 | Система разработки программ содействия здоровью | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 19 | Формы, методы и средства здоровьесберегающей деятельности | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 20 | Контроль по разделу: "Формы, методы и средства здоровьесберегающей деятельности" | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 21 | Методика и организация оздоровительной работы | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 22 | Методика и организация оздоровительной работы | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 23 | Методы педагогики здоровья | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 24 | Методы педагогики здоровья | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 25 | Здоровье и его охрана | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 26 | Здоровье и его охрана | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 27 | Здоровье и его охрана | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 28 | Здоровье и его охрана | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 29 | Консультация | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 30 | Теория и методика оздоровительной физической культуры | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого (ак.часов) | 8 | 10 | 0 | 18 |

4. Система оценивания

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течение семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме собеседования.

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
- от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 Литература:

1. Никитушкин, В.Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания: учебное пособие для вузов / В.Г.Никитушкин, Н.Н. Чесноков, Е.Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492453> (дата обращения: 12.04.2022).

2. Оздоровительные технологии: учебник /Н.М. Белокрылов [и др.]. - Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, Астер, 2015. - 130 с. - ISBN 978-5-9905655-8-6. — Текст: электронный // IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/70643.html> (дата обращения: 12.04.2022).

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста: учебное пособие/ Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 285 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08305-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492578> (дата обращения: 12.04.2022).

2. Грудницкая, Н.Н. Оздоровительные телесно-ориентированные технологии: учебное пособие /Н.Н. Грудницкая. - Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2014. - 209 с. - Текст: электронный // IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/62968.html> (дата обращения: 12.04.2022).

3. Семенова, Т.А. Оздоровительные технологии физического воспитания и развития ребенка дошкольного возраста в образовательных организациях: учебник / Т.А. Семенова. — Москва: ИНФРА-М, 2020. — 448 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-011849-9. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1045548> (дата обращения: 12.04.2022).

4. Физкультурно-оздоровительные технологии: учебное пособие для вузов / В.Л. Кондаков, А.А. Горелов, О.Г. Румба, Е.Н. Копейкина. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/497591> (дата обращения: 12.04.2022).

5.2. Электронные образовательные ресурсы:

1. Научный портал "ТЕОРИЯ.РУ". - <http://teoriya.ru>
3. Научная электронная библиотека. - <http://elibrary.ru>
4. Педагогическая библиотека. - <http://www.pedlib.ru>
5. Федеральный портал «Российское образование». - <http://www.edu.ru>
6. Электронное научное издание (журнал) «Современные проблемы науки и образования» - URL: <http://www.science-education.ru>.

6. 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&preferencesSave

2. Межвузовская электронная библиотека (МЭБ) <https://icdlib.nspu.ru/>
3. Национальная электронная библиотека <https://rusneb.ru/>
4. Научная электронная библиотека <https://www.elibrary.ru/>

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

ФГАОУ ВО «ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДЕНО

Заместителем директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

Симоновой Е.А.

РАЗРАБОТЧИК

Макаридин Д.Н.

Теория и методика спорта

Рабочая программа

для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура

профиль подготовки «Физическая культура и спорт»

реализуемым по индивидуальным образовательным траекториям на основе модели «2+2»
форма обучения (очная, заочная)

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

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

ОПК-2; ПК-3.

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Теория и методика спорта

В результате освоения дисциплины обучающийся должен освоить следующие компоненты:

Знания

-положения теории физической культуры, определяющих методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;

-специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы, целевые результаты и параметры применяемых нагрузок,

-содержание и соотношения объемов тренировочного процесса по видам подготовки на разных стадиях и этапах;

-структуры годичного цикла (название и продолжительность периодов, этапов, мезоциклов);

- основах методики спортивного отбора и спортивной ориентации в процессе занятий;

ОПК-2

-способов оформления и представления методических материалов;

Умения

-Умеет планировать тренировочный процесс на разных стадиях и этапах, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта;

-устанавливать корректные требования отбора наиболее перспективных лиц; ОПК-2

-контролировать физическое состояние обучающихся, занимающихся;

-анализировать и интерпретировать результаты педагогического наблюдения, контроля и диагностики с учетом задач и особенностей образовательной программы и особенностей учащихся;

Навыки

- разработка документов планирования тренировочного процесса;

-календарно-тематического планирования и составления расписания занятий по реализации программ на разных этапах спортивной подготовки в соответствии локальными актами, целями и задачами физкультурно-спортивной организации;

-выявления наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования; ОПК-2

-организации прохождения обучающимися контрольных процедур с целью выполнения им контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, установленных образовательными программами;

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

ОФО

| Вид учебной работы | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--------------------|-------------|---------------------------------|
|--------------------|-------------|---------------------------------|

| | | | |
|--|-----------------|-----|---------|
| | | | 6 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 5 | 5 |
| | час | 180 | 180 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 72 | 72 |
| Лекции | | 36 | 36 |
| Практические занятия | | 36 | 36 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 0 | 0 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 108 | 108 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | | Экзамен |

Таблица 1.1

ЗФО

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--|-----------------|-------------|---------------------------------|
| | | | 6 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 5 | 5 |
| | час | 180 | 180 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 20 | 20 |
| Лекции | | 10 | 10 |
| Практические занятия | | 10 | 10 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 0 | 0 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 160 | 160 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | | Экзамен |

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

ОФО

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак. часов по теме |
|----|---|------------------------------------|----------------------|---|------------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 6 семестре | 36 | 36 | 0 | 72 |
| | Теория и методика спорта | 36 | 36 | 0 | 72 |
| 1 | Общая характеристика спорта | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 2 | Общая характеристика спорта | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 3 | Основы спортивной тренировки | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 4 | Основы спортивной тренировки | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 5 | Предпосылки рационального построения процесса спортивной тренировки | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 6 | Предпосылки рационального построения процесса спортивной тренировки | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 7 | Система спортивных соревнований и соревновательной деятельности | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 8 | Система спортивных соревнований и соревновательной деятельности | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 9 | Основные стороны спортивной подготовки | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 10 | Теоретические основы спорта | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 11 | Разминка в спорте | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 12 | Разминка в спорте | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 13 | Методика построения занятий и микроциклов | 4 | 0 | 0 | 4 |
| 14 | Методика построения занятий и микроциклов | 0 | 4 | 0 | 4 |
| 15 | Методика построения мезоциклов и макроциклов | 4 | 0 | 0 | 4 |
| 16 | Методика построения мезоциклов | 0 | 4 | 0 | 4 |
| 17 | Структура многолетней подготовки | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 18 | Методические основы спорта | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 19 | Технология планирования в спорте | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 20 | Технология планирования в спорте | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 21 | Комплексный контроль, учет в подготовке спортсмена. | 2 | 0 | 0 | 2 |

| | | | | | |
|----|---|----|----|---|----|
| 22 | Комплексный контроль, учет в подготовке спортсмена. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 23 | Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 24 | Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 25 | Моделирование в системе спортивной подготовки | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 26 | Моделирование в системе спортивной подготовки | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 27 | Факторы и условия, повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 28 | Факторы и условия, повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 29 | Допинг в спорте: история, состояние, перспективы. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 30 | Допинг в спорте: история, состояние, перспективы. | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 31 | Материально-техническое обеспечение подготовки и соревнований. | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 32 | Управление процессом спортивной тренировки | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 33 | Обзорная консультация по разделу | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 34 | Теоретико-методические основы спорта | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого (ак.часов) | 36 | 36 | 0 | 72 |

Таблица 2.1

ЗФО

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|---|------------------------------|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 6 семестре | 10 | 10 | 0 | 20 |
| | Теория и методика спорта | 10 | 10 | 0 | 20 |
| 1 | Общая характеристика спорта | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 2 | Общая характеристика спорта | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 3 | Основы спортивной тренировки | 2 | 0 | 0 | 2 |

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|
| 4 | Основы спортивной тренировки | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 5 | Предпосылки рационального построения процесса спортивной тренировки | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 6 | Предпосылки рационального построения процесса спортивной тренировки | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 7 | Система спортивных соревнований и соревновательной деятельности | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 8 | Система спортивных соревнований и соревновательной деятельности | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 9 | Основные стороны спортивной подготовки | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 10 | Теоретические основы спорта | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 11 | Разминка в спорте | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 12 | Разминка в спорте | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 13 | Методика построения занятий и микроциклов | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 14 | Методика построения занятий и микроциклов | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 15 | Методика построения мезоциклов и макроциклов | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 16 | Методика построения мезоциклов | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 17 | Структура многолетней подготовки | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 18 | Методические основы спорта | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 19 | Технология планирования в спорте | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 20 | Технология планирования в спорте | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 21 | Комплексный контроль, учет в подготовке спортсмена. | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 22 | Комплексный контроль, учет в подготовке спортсмена. | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 23 | Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 24 | Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 25 | Моделирование в системе спортивной подготовки | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 26 | Моделирование в системе спортивной подготовки | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 27 | Факторы и условия, повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 28 | Факторы и условия, повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 29 | Допинг в спорте: история, состояние, перспективы. | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 30 | Допинг в спорте: история, состояние, перспективы. | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 31 | Материально-техническое обеспечение подготовки и | 0 | 0 | 0 | 0 |

| | | | | | |
|----|--|----|----|---|----|
| | соревнований. | | | | |
| 32 | Управление процессом спортивной тренировки | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 33 | Обзорная консультация по разделу | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 34 | Теоретико-методические основы спорта | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого (ак.часов) | 10 | 10 | 0 | 20 |

4. Система оценивания.

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течение семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме собеседования.

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- от 0 до 60 баллов – «не зачтено»;
- от 61 до 100 баллов – «зачтено».

- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
- от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 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: 06.09.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

1. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для вузов физической культуры и спорта / Л. П. Матвеев. — Общая теория спорта и ее прикладные аспекты, 2022-10-15. — Электрон. дан. (1 файл). — Москва: Издательство «Спорт», 2019 — 344 с. — Гарантированный срок размещения в ЭБС до 15.10.2022 (автопродлонгация). — Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. — Текст. — электронный. — <URL:<http://www.iprbookshop.ru/88519.html>>. (дата обращения: 06.09.2022).

2. Бабушкин, Г. Д. Общая теория спорта: современные концепции подготовки спортсменов: учебник / Г. Д. Бабушкин. — Общая теория спорта: современные концепции подготовки спортсменов, Весь срок охраны авторского права. — Электрон. дан. (1 файл). — Саратов: Вузовское образование, 2020 — 294 с. — Весь срок охраны авторского права. — Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. — Текст. — электронный. — <URL:<http://www.iprbookshop.ru/91118.html>>. (дата обращения: 06.09.2022).

3. Платонов, В. Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов / В. Н. Платонов. — Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов, 2022-04-01. — Электрон. дан. (1 файл). — Москва: Издательство «Спорт», 2019 — 656 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/83625.html>>. (дата обращения: 06.09.2022).

4. Карась, Т. Ю. Теория и методика физической культуры и спорта: учебно-практическое пособие / Т. Ю. Карась. — 2-е изд. — Комсомольск-на-Амуре, Саратов: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 131 с. — ISBN 978-5-4497-0149-7. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/85832.html> . (дата обращения: 06.09.2022). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей

5.2 Электронные образовательные ресурсы:

1. Научный портал "ТЕОРИЯ.РУ". - <http://teoriya.ru/>
2. Научная электронная библиотека. - <http://elibrary.ru>

6. 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/>

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

ФГАОУ ВО «ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДЕНО

Заместителем директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

Симоновой Е.А.

РАЗРАБОТЧИК

Черкасов В. В.

Теория и методика физического воспитания

Рабочая программа

для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура

профиль подготовки «Физическая культура и спорт»

реализуемым по индивидуальным образовательным траекториям на основе модели «2+2»
форма обучения (очная, заочная)

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

1.1. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины (модуля): ОПК-1, ОПК-14, ПК-1.

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Знания:

- положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;
- направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта;
- специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы, масштабы и предметные аспекты планирования, целевые результаты и параметры применяемых нагрузок, методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования, основные и дополнительные формы занятий, документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах;
- методику проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера;
- нормы физических нагрузок обучающихся, занимающихся;
- основы организации здорового образа жизни, массового спорта, спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы;
- принципы и порядок разработки учебно-программной документации по учебно-образовательному процессу;
- методику контроля и оценки физической подготовленности обучающихся;
- особенности организации педагогического наблюдения, других методов педагогической диагностики, принципов и приемов интерпретации полученных результатов;
- методику разработки и применения контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств, интерпретации результатов контроля и оценивания;
- общие и частные технологии преподавания физической культуры;
- основные направления досуговой деятельности, особенности организации и проведения массовых досуговых мероприятий;
- физическую культуру в пределах требований ФГОС и основной образовательной программы, её историю и место в мировой культуре и науке;
- рабочие программы и методики обучения по предмету физическая культура;
- программы и учебники по преподаваемому предмету физическая культура;
- методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий;
- требования к составлению программ мероприятий, положений о мероприятиях, планов спортивной подготовки, учебных планов.

Умения:

- использовать полученные знания в педагогической, тренерской, рекреационной, организационно-управленческой и научно-исследовательской деятельности бакалавра физической культуры;
- планировать мероприятия активного отдыха обучающихся, занимающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации;
- разрабатывать план занятия по физической культуре с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;
- ставить различные виды учебных задач (учебно-познавательных, учебно-практических, учебно-игровых) и организовывать их решение (в индивидуальной и

групповой форме) в соответствии с уровнем познавательного и личностного развития детей младшего возраста, сохраняя при этом баланс предметной и метапредметной составляющей их содержания;

- планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой;
- разрабатывать рабочую программу по предмету физическая культура на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение;
- контролировать физическое состояние обучающихся, занимающихся;
- оценивать результаты проведенной физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы;
- проводить педагогическое наблюдение, использовать различные методы, средства и приемы текущего контроля и обратной связи, в том числе оценки деятельности и поведения учащихся на занятиях;
- оценивать образовательные результаты: формируемые в преподаваемом предмете физическая культура, предметные и метапредметные компетенции, а также осуществлять (совместно с психологом) мониторинг личностных характеристик;
- осуществлять контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе;
- изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы;
- собирать и анализировать информацию в области физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы;
- анализировать и интерпретировать результаты педагогического наблюдения, контроля и диагностики с учетом задач и особенностей образовательной программы и особенностей учащихся;
- изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы;

Навыки:

- применения общетеоретических знаний, методических (технологических), в том числе инновационных при разработке документов планирования образовательного процессов;
- планирования и проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);
- планирования и проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации;
- планирования, организации проведения спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий при участии педагогических работников образовательной организации;
- составления программы мероприятий активного отдыха обучающихся, занимающихся в режимах учебного и вне времени образовательной организации;
- разработки плана проведения занятия по физической культуре с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;
- определения педагогических целей и задач, планирования досуговой деятельности, разработки планов досуговых мероприятий;
- планирования процесса контроля образовательного процессов;
- внесения корректив в дальнейшую подготовку обучающихся (при необходимости);
- разработки или подбора методики проведения занятия по физической культуре с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;
- ведения документации, обеспечивающей реализацию дополнительной общеобразовательной программы.

2. Структура и трудоемкость дисциплины ОФО

Таблица 1

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--|----------|-------------|---------------------------------|
| | | | 5 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 4 | 4 |
| | час | 144 | 144 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 56 | 56 |
| Лекции | | 28 | 28 |
| Практические занятия | | 28 | 28 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 0 | 0 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 88 | 88 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | | Дифференцированный зачет |

Заочная форма обучения

Таблица 1.1

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--|----------|-------------|---------------------------------|
| | | | 5 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 4 | 4 |
| | час | 144 | 144 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 20 | 20 |
| Лекции | | 10 | 10 |
| Практические занятия | | 10 | 10 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 0 | 0 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 124 | 124 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | | Дифференцированный зачет |

3. Содержание дисциплины ОФО

Таблица 2

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | Итого аудиторных ак.часов по |
|---|-------------------------|------------------------------------|------------------------------|
| | | | |

| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | теме |
|----|---|--------|----------------------|---|------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 5 семестре | 28 | 28 | 0 | 56 |
| | Теория и методика физического воспитания | 28 | 28 | 0 | 56 |
| 1 | Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей дошкольного возраста | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 2 | Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей дошкольного возраста | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 3 | Программно-нормативные основы физического воспитания детей дошкольного возраста | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 4 | Программно-нормативные основы и современные подходы физического воспитания детей дошкольного возраста | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 5 | Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей школьного возраста | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 6 | Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей школьного возраста | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 7 | Программно-нормативные основы физического воспитания школьников | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 8 | Программно-нормативные основы физического воспитания школьников | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 9 | Формы физического воспитания учащихся общеобразовательных школ | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 10 | Организация физического воспитания в дошкольных и общеобразовательных учреждениях | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 11 | Планирование физкультурного образования учащихся | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 12 | Планирование физкультурного образования учащихся | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 13 | Урок физической культуры, как основная форма физического воспитания учащихся общеобразовательных школ | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 14 | Урок физической культуры, как основная форма физического | 0 | 2 | 0 | 2 |

| | | | | | |
|----|---|----|----|---|----|
| | воспитания учащихся общеобразовательных школ | | | | |
| 15 | Методические особенности физического воспитания школьников начальных, средних и старших классов | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 16 | Методические особенности физического воспитания школьников начальных, средних и старших классов | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 17 | Регулирование процесса физкультурного образования учащихся | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 18 | Регулирование процесса физкультурного образования учащихся | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 19 | Технологии обучения школьников на уроках физической культуры | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 20 | Технологии обучения школьников на уроках физической культуры | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 21 | Контроль и оценка успеваемости учащихся на уроках физической культуры | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 22 | Организация физического воспитания в общеобразовательных учреждениях | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 23 | Физическое воспитание студенческой молодежи | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 24 | Физическое воспитание студенческой молодежи | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 25 | Физическая культура в системе рациональной организации труда основных контингентов трудящихся | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 26 | Физическая культура в системе рациональной организации труда основных контингентов трудящихся | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 27 | Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 28 | Организация физического воспитания студентов. Организация занятий физической культурой взрослого населения | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 29 | Консультация | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 30 | Зачет с оценкой | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого (ак.часов) | 28 | 28 | 0 | 56 |

Заочная форма обучения

Таблица 2.1

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | Итого аудиторных ак.часов по |
|---|-------------------------|------------------------------------|------------------------------|
|---|-------------------------|------------------------------------|------------------------------|

| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | теме |
|----|---|--------|----------------------|---|------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 5 семестре | 10 | 10 | 0 | 20 |
| | Теория и методика физического воспитания | 10 | 10 | 0 | 20 |
| 1 | Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей дошкольного возраста | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 3 | Программно-нормативные основы физического воспитания детей дошкольного возраста | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 5 | Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей школьного возраста | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 7 | Программно-нормативные основы физического воспитания школьников | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 9 | Формы физического воспитания учащихся общеобразовательных школ | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 11 | Планирование физкультурного образования учащихся | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 15 | Методические особенности физического воспитания школьников начальных, средних и старших классов | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 23 | Физическое воспитание студенческой молодежи | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 25 | Физическая культура в системе рациональной организации труда основных контингентов трудящихся | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 27 | Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 29 | Консультация | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 30 | Зачет с оценкой | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого (ак.часов) | 10 | 10 | 0 | 20 |

4. Система оценивания.

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течение семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме собеседования.

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- от 0 до 60 баллов – «не зачтено»;
- от 61 до 100 баллов – «зачтено».
- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
- от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 Литература:

Основная литература:

1. Алхасов, Дмитрий Сергеевич. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч. Часть 1: учебное пособие для вузов / Д. С. Алхасов. — Электрон. дан. — Москва: Юрайт, 2022. — 256 с. — (Высшее образование). — URL: <https://urait.ru/bcode/492748> (дата обращения: 21.09.2022). — Режим доступа: Электронно-библиотечная система Юрайт, для авториз. пользователей. — <URL:https://urait.ru/bcode/492748>.

Дополнительная литература:

1. Завьялова, Татьяна Павловна. Теория и методика физического воспитания дошкольников: учебное пособие для вузов / Т. П. Завьялова, И. В. Стародубцева. — 2-е изд. — Электрон. дан. — Москва: Юрайт, 2022. — 350 с. — (Высшее образование). — URL: <https://urait.ru/bcode/495667> (дата обращения: 21.09.2022). — Режим доступа: Электронно-библиотечная система Юрайт, для авториз. пользователей. — <URL:https://urait.ru/bcode/495667>.

2. Литвинов, Сергей Анатольевич. Методика обучения физической культуре. Календарно-тематическое планирование: учебное пособие для вузов / С. А. Литвинов. — 2-е изд. — Электрон. дан. — Москва: Юрайт, 2022. — 413 с. — (Высшее образование). — URL: <https://urait.ru/bcode/494558> (дата обращения: 21.09.2022). — Режим доступа: Электронно-библиотечная система Юрайт, для авториз. пользователей. — <URL:https://urait.ru/bcode/494558>.

3. Организация урока физической культуры в основной общеобразовательной школе: учебное пособие / О. В. Морозова, Н. В. Ермолина, Н. А. Зинчук [и др.]. — Организация урока физической культуры в основной общеобразовательной школе, 2024-06-11. — Электрон. дан. (1 файл). — Астрахань: Астраханский государственный университет, Издательский дом «Астраханский университет», 2020. — 89 с. — Лицензия до 11.06.2024. — Книга находится в премиум-версии IPR SMART. — Текст. — электронный. — <URL:https://www.iprbookshop.ru/108844.html>. (дата обращения: 21.09.2022)

4. Физическая культура. Педагогический контроль студентов в процессе профессионально-прикладной физической подготовки: учебное пособие / Т. Н. Поборончук, Т. А. Трифоненкова, О. В. Лимаренко, Т. А. Мартиросова. — Физическая культура. Педагогический контроль студентов в процессе профессионально-прикладной физической подготовки, 2026-11-18. — Электрон. дан. (1 файл). — Красноярск: Сибирский государственный университет науки и технологий имени академика М.Ф. Решетнева, 2021. — 122 с. — Гарантированный срок размещения в ЭБС до 18.11.2026 (автопродлонгация). — Книга находится в премиум-версии IPR SMART. — Текст. — электронный. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/116652.html> (дата обращения: 21.09.2022)

5.2 Электронные образовательные ресурсы:

1. Научный портал «ТЕОРИЯ.РУ». - <http://teoriya.ru/>
2. Сайт «ФизкультУра». - <http://www.fizkult-ura.ru/>

6. 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/>

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

ФГАОУ ВО «ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДЕНО

Заместителем директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

Симоновой Е.А.

РАЗРАБОТЧИК

Шатилович Л.Н.

Физиология физической культуры и спорта
Рабочая программа
для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура
профиль подготовки «Физическая культура и спорт»
реализуемым по индивидуальным образовательным траекториям на основе модели «2+2»
форма обучения (очная, заочная)

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

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

ОПК-1; ОПК-9.

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Знания: физиологических основ функционирования клеток, органов, систем и организма человека в целом в условиях физиологического покоя; закономерностей изменений двигательных, вегетативных и регуляторных функций человека в процессе адаптации к физическим нагрузкам оздоровительной и спортивной направленности; комплекса апробированных методов оценки физического развития и морфофункционального состояния организма человека для управления оздоровительной и спортивной тренировкой различных контингентов населения и эффективного спортивного отбора и ориентации.

Умения: оценивать физическое развитие и функциональное состояние человека в покое и в ответ на дозированную физическую нагрузку; планировать содержание занятий в целях повышения спортивной работоспособности и укрепления здоровья на основе диагностики морфо-функционального состояния организма человека апробированными методами и оценивать эффективность физкультурно-спортивной деятельности; использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, пропагандировать здоровый образ жизни, планировать различные формы занятий, оздоровления и рекреации занимающихся для коррекции состояния с учетом их возраста, пола, профессиональной деятельности и психофизиологического состояния.

Навыки: диагностики современными методиками определения антропометрических, физических и функциональных параметров индивида в целях совершенствования работоспособности, реализации спортивного отбора и ориентации; опыт самосовершенствования здорового образа и качества жизни на основе научных представлений о здоровье; контроля физических нагрузок в оздоровительной физической культуре и спорте; опыт планирования и реализации программ оздоровительной тренировки для различного контингента обучающихся, включающие в себя технологии управления массой тела, рационального питания и регуляции психофизиологического состояния для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

Структура и трудоемкость дисциплины (ОФО)

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--|-----------------|-------------|---------------------------------|
| | | | 5 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 4 | 4 |
| | час | 144 | 144 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 70 | 70 |

| | | |
|--|----|---------|
| Лекции | 28 | 28 |
| Практические занятия | 42 | 42 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | 0 | 0 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | 74 | 74 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | Экзамен |

Таблица 1.1

Структура и трудоемкость дисциплины (ЗФО)

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--|-----------------|-------------|---------------------------------|
| | | | 5 |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 4 | 4 |
| | час | 144 | 144 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 20 | 20 |
| Лекции | | 10 | 10 |
| Практические занятия | | 10 | 10 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 0 | 0 |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 124 | 124 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | | Экзамен |

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

Содержание дисциплины (ОФО)

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|---|---|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 5 семестре | 28 | 42 | 0 | 70 |
| | Физиология физической культуры и спорта | 28 | 42 | 0 | 70 |

| | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|
| 1 | Физиология дыхания | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 2 | Физиология дыхания | 0 | 4 | 0 | 4 |
| 3 | Физиология системы крови | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 4 | Физиология системы крови | 0 | 4 | 0 | 4 |
| 5 | Физиология системы крови | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 6 | Физиология системы крови | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 7 | Физиология системы крови и дыхания | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 8 | Физиология кровообращения | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 9 | Физиология кровообращения | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 10 | Физиология кровообращения | 0 | 4 | 0 | 4 |
| 11 | Физиология кровообращения | 0 | 4 | 0 | 4 |
| 12 | Физиология кровообращения | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 13 | Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 14 | Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 15 | Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности | 0 | 4 | 0 | 4 |
| 16 | Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 17 | Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 18 | Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 19 | Физиологические закономерности формирования двигательных навыков | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 20 | Физиологические основы формирования двигательных качеств и навыков | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 21 | Спортивная работоспособность в различных условиях среды | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 22 | Спортивная работоспособность в различных условиях среды | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 23 | Физиологические основы спортивного отбора | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 24 | Физиологические основы спортивного отбора | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 25 | Гиподинамия и ее влияние на организм человека | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 26 | Физиологические основы оздоровительной физической культуры | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 27 | Физиологические основы оздоровительной ФК | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 28 | Физиологические основы | 2 | 0 | 0 | 2 |

| | | | | | |
|----|---|----|----|---|----|
| | оздоровительной физической культуры | | | | |
| 29 | Физиологические основы оздоровительной ФК | 0 | 4 | 0 | 4 |
| 30 | перед экзаменом | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 31 | Физиология физической культуры и спорта | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого (ак.часов) | 28 | 42 | 0 | 70 |

Таблица 2.2

Содержание дисциплины (ЗФО)

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|----|--|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 5 семестре | 10 | 10 | 0 | 20 |
| | Физиология физической культуры и спорта | 10 | 10 | 0 | 20 |
| 1 | Физиология дыхания | 1 | 0 | 0 | 1 |
| 2 | Физиология дыхания | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 3 | Физиология системы крови | 1 | 0 | 0 | 1 |
| 4 | Физиология системы крови | 0 | 1 | 0 | 1 |
| 5 | Физиология системы крови | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 6 | Физиология системы крови | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 7 | Физиология системы крови и дыхания | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 8 | Физиология кровообращения | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 9 | Физиология кровообращения | 0 | 1 | 0 | 1 |
| 10 | Физиология кровообращения | 0 | 1 | 0 | 1 |
| 11 | Физиология кровообращения | 0 | 1 | 0 | 1 |
| 12 | Физиология кровообращения | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 13 | Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности | 1 | 0 | 0 | 1 |
| 14 | Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности | | 1 | 0 | 1 |
| 15 | Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности | 1 | 0 | 0 | 1 |

| | | | | | |
|----|--|----|----|---|----|
| 16 | Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений | 0 | 1 | 0 | 1 |
| 17 | Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств | 1 | 0 | 0 | 1 |
| 18 | Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств | 0 | 1 | 0 | 1 |
| 19 | Физиологические закономерности формирования двигательных навыков | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 20 | Физиологические основы формирования двигательных качеств и навыков | 0 | 1 | 0 | 1 |
| 21 | Спортивная работоспособность в различных условиях среды | 0 | 1 | 0 | 1 |
| 22 | Спортивная работоспособность в различных условиях среды | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 23 | Физиологические основы спортивного отбора | 0 | 1 | 0 | 1 |
| 24 | Физиологические основы спортивного отбора | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 25 | Гиподинамия и ее влияние на организм человека | 1 | 0 | 0 | 1 |
| 26 | Физиологические основы оздоровительной физической культуры | 1 | 0 | 0 | 1 |
| 27 | Физиологические основы оздоровительной ФК | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 28 | Физиологические основы оздоровительной физической культуры | 1 | 0 | 0 | 1 |
| 29 | Физиологические основы оздоровительной ФК | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 30 | перед экзаменом | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 31 | Физиология физической культуры и спорта | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого (ак.часов) | 10 | 10 | 0 | 20 |

4. Система оценивания.

Итоговая оценка по дисциплине выставляется на основании полученных баллов текущего контроля (по результатам выполненных заданий). Студенты, регулярно посещавшие занятия, успешно освоившие учебный материал дисциплины и получившие по итогам текущего контроля 61-100 баллов, получают соответствующую оценку. При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;

– от 91 до 100 баллов – «отлично».

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течение семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме экзамена-собеседования по контрольным вопросам учебной дисциплины в период сессии. Студенты, имеющие пропуски обязаны ответить на дополнительные вопросы с учетом пропущенных тем и практических заданий.

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 Литература:

1. Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учебник / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. — Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная, 2022-04-01. — Электрон. дан. (1 файл). — Москва: Издательство «Спорт», 2018. — 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/74306.html>>. (дата обращения: 3.09.2022).- Режим доступа - по подписке.

2. Чинкин, А. С. Физиология спорта [Электронный ресурс] / Чинкин А. С., Назаренко А. С. — Москва: Спорт-Человек, 2016. — 120 с. — Допущено Учебно-методическим объединением высших учебных заведений Российской Федерации по образованию в области физической культуры в качестве учебного пособия для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению - 49.03.01. - «Физическая культура». — Книга из коллекции Спорт-Человек - Физкультура и Спорт. — <URL:<https://e.lanbook.com/book/97445>>. —.(дата обращения: 3.09.2022).- Режим доступа - по подписке.

1 Гребнева, Надежда Николаевна. Лабораторный практикум по возрастной анатомии, физиологии и гигиене: учебно-методическое пособие для студентов вузов / Н. Н. Гребнева, А. В. Арефьева, Н. З. Бакиева; отв. ред. Н. Н. Гребнева; рец.: В. С. Соловьев, Е. М. Шаповалова; Тюм. гос. ун-т, Ин-т психологии и педагогики. — Тюмень: Изд-во Тюм. гос. ун-та, 2015. — 2-Лицензионный договор №234/2016-03-02; 2-Лицензионный договор №234/1/2016-03-02; 2-Лицензионный договор №234/2/2016-03-02. — Доступ по паролю из сети Интернет (чтение). (дата обращения: 3.03.2022).- Режим доступа - по подписке.

<URL:[https://library.utmn.ru/dl/PPS/Grebneva_Arefeva_Bakieva_234_234\(1\)_234\(2\)_UMP_2015.pdf](https://library.utmn.ru/dl/PPS/Grebneva_Arefeva_Bakieva_234_234(1)_234(2)_UMP_2015.pdf)>. (дата обращения: 3.09.2022).- Режим доступа - по подписке.

2. Капилевич, Л. В. Физиология спорта: учебное пособие / Л. В. Капилевич. — Физиология спорта, 2025-08-25. — Электрон. дан. (1 файл). — Томск: Томский политехнический университет, 2011. — 142 с. — Гарантированный срок размещения в ЭБС до 25.08.2025 (автопродлонгация). — Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. — Текст. — электронный. — <URL:<http://www.iprbookshop.ru/34729.html>>. (дата обращения: 3.09.2022).- Режим доступа - по подписке.

3. Корягина, Ю. В. Физиология силовых видов спорта: учебное пособие / Ю. В. Корягина. — Физиология силовых видов спорта, Весь срок охраны авторского права. — Электрон. дан. (1 файл). — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2003. — 60 с. — Весь срок охраны

авторского права. — Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. — Текст. — электронный. — <URL:<http://www.iprbookshop.ru/64985.html>>. (дата обращения: 3.09.2022).- Режим доступа - по подписке.

4. Физиология физического воспитания и спорта: учебно-методическое пособие / сост. С. Ю. Махов. — Физиология физического воспитания и спорта, 2025-04-28. — Электрон. дан. (1 файл). — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2020. — 121 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/95434.html>>. (дата обращения: 15.09.2022).- Режим доступа - по подписке. (дата обращения: 3.03.2022).- Режим доступа - по подписке.

5. Шатилович, Людмила Николаевна. Физиология. Физиология систем транспорта кислорода: учебно-методическое пособие для студентов очной и заочной форм обучения направления "Физическая культура" / Л. Н. Шатилович; М-во образования и науки РФ, Тюменский государственный университет, Институт физической культуры, Каф. упр. физ. культурой и спортом. — Тюмень: Изд-во Тюм. гос. ун-та, 2011. — 2- Лицензионный договор № 478/2017-05-05. — Доступ по паролю из сети Интернет (чтение). — <URL:https://library.utmn.ru/dl/PPS/Shatilovich_478_Fiziologiya_2011.pdf>. (дата обращения: 3.09.2022).- Режим доступа - по подписке.

5.2 Электронные образовательные ресурсы:

1. Научно-теоретический журнал "Теория и практика физической культуры" <http://www.teoriya.ru/>

2. Научно-теоретический журнал "Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта" <https://lesgaft-notes.spb.ru/ru/node/8436>

6. 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/>

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

ФГАОУ ВО «ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДЕНО

Заместителем директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

Симоновой Е.А.

РАЗРАБОТЧИК

Малеев Д. О.

Школа современного тренера: этап высшего спортивного мастерства

Рабочая программа для обучающихся по направлению подготовки

49.03.01 Физическая культура

профиль подготовки «Физическая культура и спорт»

реализуемым по индивидуальным образовательным траекториям на основе модели «2+2»
форма обучения (заочная)

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

1.1. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины (модуля): ПК – 3, ОПК – 2, ОПК – 3, ОПК - 4

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Знания: структуры и специфики педагогической деятельности в процессе решения задач воспитания подрастающего поколения и спортивного резерва.

Умения: профессионально подбирать и готовить специализированный инвентарь к занятиям и соревнованиям.

Навыки: владеть методами этапного, текущего и оперативного контроля, организации и проведения спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий.

ПК - 3 - Способен разрабатывать и реализовывать программы спортивной подготовки

ОПК - 2 - Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий

ОПК - 3 - Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке

ОПК - 4 - Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--|-----------------|-------------|---------------------------------|
| | | | 5 |
| 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 консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 132 | 132 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | | Дифференцированный зачет |

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|---|---|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 5 семестре | 4 | 8 | 0 | 12 |
| | Школа современного тренера: этап высшего спортивного мастерства | 4 | 8 | 0 | 12 |
| 1 | Общая и специальная физическая подготовка | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 2 | Развитие отдельных физических качеств в циклических видах спорта | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 3 | Развитие отдельных физических качеств | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 4 | Развитие общей выносливости в ациклических видах спорта | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 5 | Воспитание общей выносливости в циклических видах спорта | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 6 | Роль силовой подготовки в тренировочном процессе спортсменов-лыжников | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 7 | Консультация перед деф.зачётом | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 8 | Зачет по дисциплине | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого (ак.часов) | 4 | 8 | 0 | 12 |

4. Система оценивания.

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течение семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме дифференцированный зачёт в 5 семестре.

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- от 0 до 60 баллов – «не зачтено»;
- от 61 до 100 баллов – «зачтено».

- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
- от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 Литература:

Основная литература:

1. Мелентьева, Н. Н. Обучение классическим лыжным ходам : учебно-методическое пособие / Н. Н. Мелентьева, Н. В. Румянцева. — Москва : Издательство «Спорт», 2016. — 216 с. — ISBN 978-5-9907240-1-3. — Текст : электронный. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/55561.html> (дата обращения: 17.05.2020). — Режим доступа: по подписке.

Дополнительная литература:

1. Базовые виды двигательной деятельности и методики обучения. Лыжный спорт : учебно-методическое пособие / С. А. Луценко, А. В. Михайлов, С. В. Тухто, К. Ю. Заходякина ; под редакцией С. А. Луценко. — Санкт-Петербург : Институт специальной педагогики и психологии, 2013. — 88 с. — ISBN 978-5-8179-0156-7. — Текст : электронный. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/29969.html> (дата обращения: 17.05.2020). — Режим доступа: по подписке.
2. Ахметов, А. М. Лыжная подготовка студентов в вузе : учебное пособие / А. М. Ахметов. — Набережные Челны : Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2016. — 119 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/64631.html> (дата обращения: 17.05.2020). — Режим доступа: по подписке.
3. Кизько, А. П. Физическая культура: лыжные гонки : учебное пособие / А. П. Кизько, В. В. Бородин. — Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2015. — 124 с. — ISBN 978-57782-2801-6. — Текст : электронный. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/91573.html> (дата обращения: 17.05.2020). — Режим доступа: по подписке.
4. Теория и методика обучения базовым видам спорта: **лыжный спорт**: учебник для вузов/ ред. Г. А. Сергеев. - Москва: Академия, 2013. - 176 с.

5.2 Электронные образовательные 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/>

6. 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/>

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

-Пакет Microsoft Office 365

-Пакет Adobe Creative Cloud: Photoshop, Illustrator, InDesign, Premiere, After Effects, Acrobat Pro и др.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

Для проведения лабораторных (учебных, учебно-тренировочных, тренировочных) занятий материально-техническая база оснащена тренажерным залом, спортивными залами (единоборств, тренажерный), соответствующим санитарным нормам и технике безопасности спортивным инвентарем.

Лаборатории, оснащенные лабораторным оборудованием.

Лыжная трасса и лыжный инвентарь.

ФГАОУ ВО «ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДЕНО

Заместитель директора по
учебно-методической работе
института физической культуры
Симонова Е.А.

РАЗРАБОТЧИКИ

Симонова Е.А., Самарин А.В.,
Дмитриева С.В., Чаюн Д.В.,
Базилевич М.В.

Теория и методика обучения базовым видам спорта (4 семестр)

Рабочая программа

для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01, Физическая культура
профиль подготовки «Физическая культура и спорт»

реализуемым по индивидуальным образовательным траекториям на основе модели «2+2»
форма обучения (очная)

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

1.1. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины: (ОПК-3, ОПК-4 ОПК-13, ОПК-14, ОПК-15, ПК-1)

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Теория и методика обучения базовым видам спорта

В результате освоения дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта» бакалавр должен обладать общепрофессиональными (ОПК) и профессиональными (ПК) компетенциями:

ОПК-3: Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.

ОПК-4: Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовать участие спортсменов в соревнованиях и избранном виде спорта.

ОПК-13: Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта.

ОПК-14: Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.

ОПК-15: Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий

ПК-1: Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы начального, основного, среднего общего образования, дополнительного образования детей в области физической культуры и спорта.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен приобрести:

Знания:

- о теории физической культуры и спорта, физиологических характеристик нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста;

- методике обучения, спортивной тренировки и способах совершенствования техники в базовых видах спорта.

Умения:

- в планировании и разработке организационно-методической документации;

- в проведении тренировочных занятий;

- в организации и проведения соревнований по базовым видам спорта;

- в проведении контроля в тренировочном и образовательном процессе.

Навыки:

- применения современных методик для обучения и тренировке в базовых видах спорта;

- проведения спортивного отбора и спортивной ориентации в процессе занятий;

- проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов спорта с детьми начального, основного, среднего общего образования и дополнительного образования.

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

| Вид учебной работы | | Всего часов в семестре |
|--------------------|----------|------------------------|
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 8 |
| | час | 288 |

| | |
|---|--------------------------|
| Часы аудиторной работы (всего): | 128 |
| Лекции | 0 |
| Практические занятия | 0 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | 128 |
| Консультации | 2 |
| Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося | 160 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен) | Дифференцированный зачет |

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак. часов по теме |
|----|--|------------------------------------|----------------------|---|------------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 4 семестре | 0 | 0 | 128 | 128 |
| | Теория и методика обучения базовым видам спорта 4 семестр | 0 | 0 | 128 | 128 |
| 1 | Лыжный спорт. Попеременный двухшажный ход. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 2 | Лыжный спорт. Попеременный двухшажный ход. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 3 | Лыжный спорт. Одновременный бесшажный ход | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 4 | Лыжный спорт. Одновременный бесшажный ход. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 5 | Лыжный спорт. Одновременный одношажный ход. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 6 | Лыжный спорт. Одновременный одношажный ход. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 7 | Гимнастика. «Строевые упражнения» | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 8 | Легкая атлетика. Техника и методика обучения специальным беговым упражнениям легкоатлета | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 9 | Лыжный спорт. Попеременный четырехшажный ход. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 10 | Плавание: биомеханические основы техники плавания | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 11 | Баскетбол как базовый вид спорта | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|
| 12 | Лыжный спорт. Попеременный четырехшажный ход. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 13 | Гимнастика. Общеразвивающие упражнения | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 14 | Легкая атлетика. Совершенствование техники специально беговых упражнений легкоатлета | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 15 | Лыжный спорт. Рациональная техника классических лыжных ходов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 16 | Плавание: общие требования к рациональной технике спортивного плавания. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 17 | Баскетбол. Основы техники перемещений в баскетболе | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 18 | Лыжный спорт. Техника классических лыжных ходов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 19 | Гимнастика. «Строевые и Общеразвивающие и вольные упражнения» | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 20 | Легкая атлетика. бег на короткие дистанции | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 21 | Лыжный спорт. Техника классических лыжных ходов. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 22 | Плавание: Техника плавания способом кроль на груди. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 23 | Баскетбол. Основы техники перемещений в баскетболе | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 24 | Лыжный спорт. Техника классических лыжных ходов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 25 | Гимнастика. «Строевые и Общеразвивающие и вольные упражнения» | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 26 | Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на короткие дистанции | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 27 | Плавание: Техника плавания способом кроль на груди. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 28 | Баскетбол. Основы техники владения мячом в баскетболе. Техника ловли и передачи | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 29 | Гимнастика. «Акробатические упражнения» | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 30 | Легкая атлетика. Бег на средние и длинные дистанции | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 31 | Плавание: Техника плавания способом кроль на груди. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 32 | Баскетбол. Основы техники владения мячом в баскетболе. Техника ведения мяча | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 33 | Гимнастика. «Акробатические упражнения» | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|
| 34 | Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на средние и длинные дистанции | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 35 | Плавание: Совершенствование техники плавания способом кроль на груди. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 36 | Баскетбол. Основы техники владения мячом в баскетболе. Техника броска мяча с дистанции | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 37 | Гимнастика. «Строевые и Общеразвивающие и вольные упражнения» | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 38 | Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на средние и длинные дистанции | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 39 | Плавание: Совершенствование техники плавания способом кроль на груди. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 40 | Баскетбол. Основы техники владения мячом в баскетболе. Техника броска мяча с дистанции | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 41 | Гимнастика. «Акробатические упражнения» | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 42 | Легкая атлетика. Организация и проведение подвижных игр для обучения бегу | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 43 | Плавание: Совершенствование техники плавания способом кроль на груди. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 44 | Баскетбол. Основы техники владения мячом в баскетболе. Техника броска мяча в движении | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 45 | Гимнастика. «Акробатические упражнения» | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 46 | Легкая атлетика. Эстафетный бег на короткие дистанции | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 47 | Плавание: Техника стартов и поворотов при плавании способом кроль на груди | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 48 | Баскетбол. Основы техники защиты в баскетболе | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 49 | Гимнастика. Упражнения на гимнастических снарядах | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 50 | Легкая атлетика. Эстафетный бег на короткие дистанции | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 51 | Плавание: Техника плавания способом кроль на спине | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 52 | Баскетбол. Основы техники защиты в баскетболе. Техника перехвата мяча | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 53 | Гимнастика. Упражнения на гимнастических снарядах | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|
| 54 | Легкая атлетика. Эстафетный бег на средние и смешанные дистанции | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 55 | Плавание: Техника плавания способом кроль на спине | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 56 | Баскетбол. Основы техники защиты в баскетболе. Техника противодействия броску | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 57 | Гимнастика. Упражнения на гимнастических снарядах | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 58 | Легкая атлетика. Соревнования по эстафетному бегу на средние и смешанные дистанции | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 59 | Плавание: Оценка техники плавания способами кроль на груди и кроль на спине. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 60 | Баскетбол. Основы организации и проведения соревнований в баскетболе | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 61 | Гимнастика. Упражнения на гимнастических снарядах | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 62 | Легкая атлетика. проведения занятий по легкой атлетике со школьниками младших классов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 63 | Гимнастика. Контроль технической и теоретической подготовленности студентов по гимнастике | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 64 | Легкая атлетика. Контроль технической и теоретической подготовленности по легкой атлетике среди студентов 2 курса ИФК | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 65 | Консультация перед зачетом | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 66 | Дифференцированный зачет по теории и методике обучения базовым видам спорта | 0 | 0 | 0 | 0 |

4. Система оценивания.

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течение семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме дифференцированного зачета.

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- от 0 до 60 баллов – «не зачтено»;
- от 61 до 100 баллов – «зачтено».

- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
- от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 Литература:

1. Анушкевич, Н. В. Техника и методика обучения плаванию [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Н. В. Анушкевич, М. А. Дедловский. - Барнаул: [б. и.], 2013. - 98 с.: ил. - Загл. из текста. - Режим доступа: <http://icdlib.nspu.ru/catalog/details/icdlib/645241/> (28.09.2022).

2. Булгакова Н.Ж. Теория и методика плавания: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Н. Ж. Булгакова, О. И. Попов, Е.А.Распопова; под ред. Н.Ж.Булгаковой. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 320 с.

3. Врублевский, Е. П. Легкая атлетика. Основы знаний (в вопросах и ответах) : учебное пособие / Е. П. Врублевский. — Москва : Издательство «Спорт», 2016. — 240 с. — ISBN 978-5-9907240-3-7. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/55556.html> (дата обращения: 28.09.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

4. Спорт высших достижений. Спортивная гимнастика : учебное пособие / Л. А. Савельева, Р. Н. Терехина, К. М. Иванов [и др.] ; под редакцией Л. А. Савельева, Р. Н. Терехина. — Москва : Человек, 2014. — 148 с. — ISBN 978-5-906131-33-1. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/27600.html> (дата обращения: 28.09.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

5. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Лыжный спорт: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / [Г.А. Сергеев, Е.В. Мурашко, Г.В. Сергеева и др.]; под ред. Г.А. Сергеева. – М. : Издательский центр «Академия», 2013. – 176 с.

5.2 Электронные образовательные 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/>

6. 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/>

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

Аудитория для проведения занятий лабораторного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: Для проведения лабораторных занятий материально-техническая база оснащена:

Гимнастический зал оборудованный ковром для вольных упражнений размером 12х12 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 раздевальные 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 руках 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.

Аудитория для самостоятельной работы оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональные компьютеры.

ФГАОУ ВО «ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДЕНО

Заместитель директора по
учебно-методической работе
института физической культуры
Симонова Е.А.

РАЗРАБОТЧИКИ

Симонова Е.А., Самарин А.В.,
Дмитриева С.В., Чаюн Д.В.,
Базилевич М.В.

Теория и методика обучения базовым видам спорта (5 семестр)
Рабочая программа
для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура
профиль «Физическая культура и спорт», реализуемой по индивидуальным образовательным
траекториям на основе модели «2+2»
очная формы обучения

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

1.1. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины (модуля): ОПК-3, ОПК-4, ОПК-13, ОПК-14, ОПК-15, ПК-1.

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

В результате освоения дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта» бакалавр должен обладать общепрофессиональными (ОПК) и профессиональными (ПК) компетенциями:

ОПК-3: Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.

ОПК-4: Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовать участие спортсменов в соревнованиях и избранном виде спорта.

ОПК-13: Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта.

ОПК-14: Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.

ОПК-15: Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий

ПК-1: Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы начального, основного, среднего общего образования, дополнительного образования детей в области физической культуры и спорта.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен приобрести:

Знания:

- о теории физической культуры и спорта, физиологических характеристик нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста;
- методике обучения, спортивной тренировки и способах совершенствования техники в базовых видах спорта.

Умения:

- в планировании и разработке организационно-методической документации;
- в проведении тренировочных занятий;
- в организации и проведении соревнований по базовым видам спорта;
- в проведении контроля в тренировочном и образовательном процессе.

Навыки:

- применения современных методик для обучения и тренировки в базовых видах спорта;
- проведения спортивного отбора и спортивной ориентации в процессе занятий;
- проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов спорта с детьми начального, основного, среднего общего образования и дополнительного образования.

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

| Вид учебной работы | | Всего часов в 5 семестре |
|--|----------|--------------------------|
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 5 |
| | час | 180 |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 84 |
| Лекции | | 0 |
| Практические занятия | | 0 |

| | |
|---|--------------------------|
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | 84 |
| Консультации | 2 |
| Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося | 96 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен) | Дифференцированный зачет |

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак. часов по теме |
|---|--|------------------------------------|----------------------|---|------------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 5 семестре | 0 | 0 | 84 | 84 |
| | Теория и методика обучения базовым видам спорта | 0 | 0 | 84 | 84 |
| 1 | Гимнастика. Общеразвивающие упражнения с предметами. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 2 | Легкая атлетика. Освоение техники и методика обучения прыжков в длину способом «Согнув ноги | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 3 | Гимнастика. Прикладные упражнения. Техника выполнения и методика обучения прикладным упражнениям. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 4 | Легкая атлетика. Освоение техники и методика обучения прыжков в длину способом «Прогнувшись» | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 5 | Гимнастика. Прикладные упражнения. Техника выполнения и методика обучения прикладным упражнениям. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 6 | Легкая атлетика. Совершенствование техники прыжков в длину способом «Прогнувшись» | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 7 | Гимнастика. Прикладные и акробатические упражнения. Техника выполнения и методика обучения прикладным упражнениям. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 8 | Легкая атлетика. Организация и проведение подвижных игр для обучения прыжкам в длину в средних и старших классов | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|
| 9 | Гимнастика. Акробатические упражнения. Техника выполнения и методика обучения акробатическим упражнениям. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 10 | Легкая атлетика. Проведение соревнований по прыжкам в длину. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 11 | Гимнастика. Акробатические упражнения. Техника выполнения и методика обучения акробатическим упражнениям: рондат, переворот разгибом с головы. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 12 | Легкая атлетика. Освоение техники и методика обучения спортивной ходьбы | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 13 | Гимнастика. Акробатические упражнения Техника выполнения и методика обучения акробатическим упражнениям: рондат, переворот разгибом с головы. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 14 | Легкая атлетика. Совершенствование техники спортивной ходьбы. Методика обучения спортивной ходьбе. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 15 | Гимнастика. Акробатические упражнения Проведение студентами комплекса ОРУ с предметами. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 16 | Легкая атлетика. Проведение соревнований по спортивной ходьбе. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 17 | Гимнастика. Акробатические упражнения. Техника выполнения и методика обучения акробатическим упражнениям: рондат, переворот разгибом с головы. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 18 | Спортивные игры. Волейбол как базовый вид спорта | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 19 | Плавание. Совершенствование техники плавания способами кроль на груди и кроль на спине. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 20 | Спортивные игры. Основы техники перемещений в волейболе | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 21 | Плавание. Техника плавания способом брасс. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 22 | Спортивные игры. Основы техники владения мячом в волейболе | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 23 | Спортивные игры. Основы техники владения мячом в волейболе | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 24 | Плавание. Совершенствование техники плавания способом брасс. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 25 | Спортивные игры. Основы техники владения мячом в волейболе | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 26 | Плавание. Техника плавания способом баттерфляй (дельфин). | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|
| 27 | Спортивные игры. «Физическая подготовка в волейболе». | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 28 | Плавание. Техника плавания способом баттерфляй (делфин). | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 29 | Спортивные игры. «Основы организации и проведения соревнований по волейболу». | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 30 | Плавание. Техника плавания способом баттерфляй (дельфин). | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 31 | Спортивные игры. «Контроль физической подготовленности в волейболе» | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 32 | Плавание. Совершенствование техники плавания способами брасс и баттерфляй, обучение стартам и поворотам. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 33 | Спортивные игры. «Контроль технической и теоретической подготовленности студентов». | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 34 | Лыжный спорт. Классический лыжный ход. Соревновательная деятельность ходов. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 35 | Лыжный спорт. Классический лыжный ход. Соревновательная деятельность ходов. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 36 | Лыжный спорт. Совершенствование техники коньковых лыжных | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 37 | Лыжный спорт. Коньковый лыжный ход. Соревновательная деятельность. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 38 | Лыжный спорт. Свободный стиль катания. Изучение восстановительных процедур после соревновательной деятельности | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 39 | Лыжный спорт. Свободный стиль катания. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 40 | Лыжный спорт. Совершенствование техники коньковых лыжных. Упражнения для совершенствования техники коньковых ходов. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 41 | Лыжный спорт. Совершенствование техники классических лыжных ходов. Упражнения для совершенствования техники классического хода | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 42 | Лыжный спорт. Совершенствование техники коньковых лыжных. Упражнения для совершенствования техники коньковых ходов. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 43 | Консультация перед зачетом | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 44 | Практический зачет | 0 | 0 | 0 | 0 |

4. Система оценивания.

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течение семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме дифференцированного зачета.

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- от 0 до 60 баллов – «не зачтено»;
- от 61 до 100 баллов – «зачтено».

- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
- от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 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> (20.09.2022).

2. Мелентьева, Н. Н. Обучение классическим лыжным ходам : учебно-методическое пособие / Н. Н. Мелентьева, Н. В. Румянцева. — Москва : Издательство «Спорт», 2016. — 216 с. — ISBN 978-5-9907240-1-3. — Текст : электронный. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/55561.html> (дата обращения: 20.09.2022). — Режим доступа: по подписке.

3. Забелина, Л. Г. Легкая атлетика : учебное пособие / Л. Г. Забелина, Е. Е. Нечунаева. — Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2010. — 59 с. — ISBN 978-5-7782-1448-4. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/44667.html> (дата обращения: 20.09.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

4. 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> (20.09.2022).

5. Базовые виды двигательной деятельности и методики обучения. Лыжный спорт : учебно-методическое пособие / С. А. Луценко, А. В. Михайлов, С. В. Тухто, К. Ю. Заходякина ; под редакцией С. А. Луценко. — Санкт-Петербург : Институт специальной педагогики и психологии, 2013. — 88 с. — ISBN 978-5-8179-0156-7. — Текст : электронный. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/29969.html> (дата обращения: 20.09.2022). — Режим доступа: по подписке.

5.2 Электронные образовательные 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/>

6. 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/>

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

-Пакет Microsoft Office 365

-Пакет Adobe Creative Cloud: Photoshop, Illustrator, InDesign, Premiere, After Effects, Acrobat Pro и др.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

Аудитория для проведения занятий лабораторного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: Для проведения лабораторных занятий материально-техническая база оснащена:

Гимнастический зал оборудованный ковром для вольных упражнений размером 12х12 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 раздевальные 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 руках 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.

Аудитория для самостоятельной работы оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональные компьютеры.

УТВЕРЖДЕНО

Заместитель директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

Симонова Е.А.

РАЗРАБОТЧИКИ

Симонова Е.А., Самарин А.В.,

Дмитриева С.В., Чаюн Д.В.,

Базилевич М.В.

Теория и методика обучения базовым видам спорта (6 семестр)

Рабочая программа

для обучающихся по направлению подготовки

49.03.01, Физическая культура

профиль подготовки «Физическая культура и спорт»

реализуемым по индивидуальным образовательным траекториям на основе модели «2+2»
форма обучения (очная)

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

1.1. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины: (ОПК-3, ОПК-4 ОПК-13, ОПК-14, ОПК-15, ПК-1)

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Теория и методика обучения базовым видам спорта

В результате освоения дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта» бакалавр должен обладать общепрофессиональными (ОПК) и профессиональными (ПК) компетенциями:

ОПК-3: Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.

ОПК-4: Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовать участие спортсменов в соревнованиях и избранном виде спорта.

ОПК-13: Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта.

ОПК-14: Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.

ОПК-15: Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий

ПК-1: Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы начального, основного, среднего общего образования, дополнительного образования детей в области физической культуры и спорта.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен приобрести:

Знания:

- о теории физической культуры и спорта, физиологических характеристик нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста;

- методике обучения, спортивной тренировки и способах совершенствования техники в базовых видах спорта.

Умения:

- в планировании и разработке организационно-методической документации;

- в проведении тренировочных занятий;

- в организации и проведения соревнований по базовым видам спорта;

- в проведении контроля в тренировочном и образовательном процессе.

Навыки:

- применения современных методик для обучения и тренировке в базовых видах спорта;

- проведения спортивного отбора и спортивной ориентации в процессе занятий;

- проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов спорта с детьми начального, основного, среднего общего образования и дополнительного образования.

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

| | | |
|---|----------|---------------------------------|
| Вид учебной работы | | Всего часов в 6 семестре |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 9 |
| | час | 324 |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 144 |
| Лекции | | 0 |
| Практические занятия | | 0 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 144 |
| Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося | | 180 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен) | | Дифференцированный зачет |

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак. часов по теме |
|----|---|------------------------------------|----------------------|---|------------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 6 семестре | 0 | 0 | 144 | 144 |
| | Теория и методика обучения базовым видам спорта | 0 | 0 | 144 | 144 |
| 1 | Техника коньковых ходов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 2 | Полуконьковый ход | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 3 | Одновременный двухшажный коньковый ход. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 4 | Одновременный двухшажный коньковый ход. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 5 | Одновременный одношажный коньковый ход. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 6 | Одновременный одношажный коньковый ход. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 7 | Техника коньковых лыжных ходов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 8 | Коньковый ход | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 9 | Рациональная техника коньковых лыжных ходов. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 10 | Полуконьковый ход | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 11 | Одновременный двухшажный | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|
| | коньковый ход. | | | | |
| 12 | Одновременный одношажный коньковый ход. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 13 | Коньковый ход без использования палок | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 14 | Контрольное занятие | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 15 | Общеразвивающие упражнения. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 16 | Освоение техники и методика обучения прыжков в высоту способом «Перешагивание» | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 17 | Совершенствование техники плавания способами кроль на груди и кроль на спине. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 18 | Футбол как базовый вид спорта | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 19 | Упражнения на гимнастических снарядах. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 20 | Совершенствование техники прыжков в высоту способом «Перешагивание» | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 21 | Совершенствование техники плавания способами брасс и баттерфляй, обучение стартам и поворотам. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 22 | Методика обучения технике перемещений в футболе | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 23 | Упражнения на гимнастических снарядах. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 24 | Освоение техники и методика обучения прыжков в высоту способом «Перекидной» | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 25 | Техника плавания способом на боку. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 26 | Методика обучения технике владения мячом в футболе | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 27 | Упражнения на гимнастических снарядах. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 28 | Совершенствование техники прыжков в высоту способом «Перекидной» | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 29 | Техника плавания способом на боку. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 30 | Методика обучения технике владения мячом в футболе | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 31 | Упражнения на гимнастических снарядах. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 32 | Освоение техники и методика обучения прыжков в высоту способом «Фосбери-флоп» | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 33 | Техника плавания способом на боку. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 34 | Методика обучения технике владения мячом в футболе | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 35 | Опорные прыжки. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 36 | Совершенствование техники прыжков в высоту способом «Фосбери-флоп» | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 37 | Транспортировка пострадавшего и оказание первой помощи. | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|
| 38 | Методика обучения технике овладения мячом в футболе | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 39 | Опорные прыжки. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 40 | Организация и проведение подвижных игр для обучения прыжкам в высоту. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 41 | Изучение техники и методики обучения нырянию в длину и глубину | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 42 | Методика обучения технике игры вратаря в футболе | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 43 | Упражнения на гимнастических снарядах. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 44 | Проведение соревнований по прыжкам в высоту. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 45 | Упражнения для совершенствования техники спортивных способов плавания. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 46 | Методика обучения стандартным положениям в мини футболе. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 47 | Упражнения на гимнастических снарядах | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 48 | Освоение техники и методика обучения барьерного бега на 100 и 110 метров | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 49 | Упражнения для совершенствования техники спортивных способов брасс и баттерфляй. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 50 | Методика обучения тактике игры в нападении. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 51 | Опорные прыжки. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 52 | Совершенствование техники барьерного бега на 100 и 110 метров | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 53 | Упражнения для развития темпа и силы гребка. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 54 | Методика обучения тактике игры в обороне. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 55 | Упражнения на гимнастических снарядах. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 56 | Освоение техники и методика обучения барьерного бега на 400 метров | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 57 | Отработка подводной части дистанции в спортивных способах плавания | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 58 | «Физическая подготовка в футболе». | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 59 | Упражнения на гимнастических снарядах | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 60 | Совершенствование техники барьерного бега на 400 метров | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 61 | Основы техники старта и поворота в спортивном плавании. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 62 | Методика обучения тактике игры в обороне. | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|
| 63 | Опорные прыжки. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 64 | Освоение техники и методика обучения бега с препятствиями | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 65 | Составление положения о соревнованиях по плаванию. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 66 | «Контроль физической подготовленности в футболе» | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 67 | Упражнения на гимнастических снарядах. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 68 | Совершенствование техники бега с препятствиями | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 69 | Тестирование специальной физической подготовленности | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 70 | Контроль методико-практической подготовленности студентов» | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 71 | Упражнения на гимнастических снарядах. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 72 | Проведение соревнований по барьерному бегу. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 74 | Аттестация | 0 | 0 | 0 | 0 |

4. Система оценивания.

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течение семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме дифференцированного зачета.

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- от 0 до 60 баллов – «не зачтено»;
- от 61 до 100 баллов – «зачтено».

- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
- от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 Литература:

1. Анушкевич, Н. В. Техника и методика обучения плаванию [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Н. В. Анушкевич, М. А. Дедловский. - Барнаул: [б. и.], 2013. - 98 с.: ил. - Загл. из текста. - Режим доступа: <http://icdlib.nspu.ru/catalog/details/icdlib/645241/> (28.03.2022).

2.Булгакова Н.Ж. Теория и методика плавания: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Н. Ж. Булгакова, О. И. Попов, Е.А.Распопова; под ред. Н.Ж.Булгаковой. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 320 с.

3.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> (28.03.2022).

4. 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> (28.03.2022).

5. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Лыжный спорт: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / [Г.А. Сергеев, Е.В. Мурашко, Г.В. Сергеева и др.]; под ред. Г.А. Сергеева. – М. : Издательский центр «Академия», 2013. – 176 с.

5.2 Электронные образовательные 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/>

6. 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/>

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

Аудитория для проведения занятий лабораторного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: 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 раздевальные 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 руках 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.

Аудитория для самостоятельной работы оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональные компьютеры.

УТВЕРЖДЕНО

Заместитель директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

Симонова Е.А.

РАЗРАБОТЧИКИ

Симонова Е.А., Самарин А.В.,

Дмитриева С.В., Чаюн Д.В.,

Базилевич М.В.

Теория и методика обучения базовым видам спорта (7 семестр)

Рабочая программа

для обучающихся по направлению подготовки

49.03.01, Физическая культура

профиль подготовки «Физическая культура и спорт»

реализуемым по индивидуальным образовательным траекториям на основе модели «2+2»
форма обучения (очная)

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

1.1. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины: (ОПК-3, ОПК-4 ОПК-13, ОПК-14, ОПК-15, ПК-1)

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Теория и методика обучения базовым видам спорта

В результате освоения дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта» бакалавр должен обладать общепрофессиональными (ОПК) и профессиональными (ПК) компетенциями:

ОПК-3: Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.

ОПК-4: Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовать участие спортсменов в соревнованиях и избранном виде спорта.

ОПК-13: Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта.

ОПК-14: Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.

ОПК-15: Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий

ПК-1: Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы начального, основного, среднего общего образования, дополнительного образования детей в области физической культуры и спорта.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен приобрести:

Знания:

- о теории физической культуры и спорта, физиологических характеристик нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста;

- методике обучения, спортивной тренировки и способах совершенствования техники в базовых видах спорта.

Умения:

- в планировании и разработке организационно-методической документации;

- в проведении тренировочных занятий;

- в организации и проведения соревнований по базовым видам спорта;

- в проведении контроля в тренировочном и образовательном процессе.

Навыки:

- применения современных методик для обучения и тренировке в базовых видах спорта;

- проведения спортивного отбора и спортивной ориентации в процессе занятий;

- проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов спорта с детьми начального, основного, среднего общего образования и дополнительного образования.

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

| Вид учебной работы | | Всего часов в семестре |
|--------------------|----------|------------------------|
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 8 |
| | час | 288 |

| | |
|---|--------------------------|
| Часы аудиторной работы (всего): | 128 |
| Лекции | 0 |
| Практические занятия | 0 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | 128 |
| Консультации | 2 |
| Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося | 160 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен) | Дифференцированный зачет |

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак. часов по теме |
|----|--|------------------------------------|----------------------|---|------------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 7 семестре | 0 | 0 | 128 | 128 |
| | Теория и методика обучения базовым видам спорта | 0 | 0 | 128 | 128 |
| 1 | Акробатические упражнения | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 2 | Освоение техники и методика обучения метаний способом «Бросок из-за головы» | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 3 | Проведение отдельных частей урока по заданию преподавателя. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 4 | Совершенствование техники метаний способом «Бросок из-за головы» | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 5 | Проведение отдельных частей урока по заданию преподавателя. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 6 | Освоение техники и методика обучения метаний способами "с поворотом" и «толчком» | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 7 | Проведение отдельных частей урока по заданию преподавателя. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 8 | Совершенствование техники метаний способами "с поворотом" и «толчком» | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 9 | Проведение отдельных частей урока по заданию преподавателя. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 10 | Организация и проведение подвижных игр для легкоатлетических метаний | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|
| 11 | Проведение отдельных частей урока по заданию преподавателя. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 12 | Проведение соревнований по метаниям | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 13 | Проведение отдельных частей урока по заданию преподавателя. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 14 | Освоение техники и методика обучения тройного прыжка | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 15 | Проведение отдельных частей урока по заданию преподавателя. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 16 | Совершенствование техники тройного прыжка. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 17 | Проведение отдельных частей урока по заданию преподавателя. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 18 | Совершенствование техники беговых видов в легкоатлетическом многоборье | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 19 | Проведение отдельных частей урока по заданию преподавателя. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 20 | Совершенствование техники в прыжковых видах легкоатлетического многоборья | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 21 | Проведение отдельных частей урока по заданию преподавателя. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 22 | Совершенствование техники в метаниях легкоатлетического многоборья | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 23 | Проведение отдельных частей урока по заданию преподавателя. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 24 | Особенности проведения соревнований по многоборью | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 25 | Методика проведения подвижных игр на занятиях с дошкольниками | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 26 | Правила соревнований по лыжным гонкам. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 27 | Упражнения для совершенствования техники плавания. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 28 | Методика проведения подвижных игр на занятиях 1-4 классов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 29 | Правила соревнований по лыжным гонкам. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 30 | Методика развития темпа и силы гребка. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 31 | Методика проведения подвижных игр на занятиях 1-4 классов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 32 | Документация. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 33 | Отработка подводной части дистанции в спортивных способах плавания. | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|
| 34 | Методика проведения подвижных игр на занятиях 5-8 классов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 35 | Проведение соревнований по лыжному спорту. Организационно-правовые основы лыжных видов спорта. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 36 | Отработка подводной части дистанции в спортивных способах плавания. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 37 | Методика проведения подвижных игр на занятиях 5-8 классов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 38 | Традиционные средства коммуникации в учебно-тренировочном процессе подготовки лыжников – гонщиков. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 39 | Техника стартового прыжка с тумбы. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 40 | Методика проведения подвижных игр на занятиях 9-11 классов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 41 | Инновационные средства коммуникации в учебно-тренировочном процессе. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 42 | Методика совершенствования поворотов в спортивных способах плавания. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 43 | Методика проведения подвижных игр на занятиях 9-11 классов | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 44 | Традиционные и инновационные средства коммуникации в учебно-тренировочном процессе подготовки лыжников – гонщиков. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 45 | Методы обучения в плавании. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 46 | Методика проведения подвижных игр с элементами спортивных игр | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 47 | Горнолыжный спорт. Формирование технического арсенала горнолыжника. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 48 | Способы и приемы при построении учебного и тренировочного занятия по плаванию. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 49 | Методика проведения подвижных игр с элементами спортивных игр | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 50 | Горнолыжный спорт. Способы спуска на горных лыжах. Исправление возникающих ошибок. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 51 | Общеразвивающие, специальные и имитационные упражнения в плавании. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 52 | Методика проведения подвижных игр с элементами видов спорта | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 53 | Горнолыжный спорт. Профилактика травматизма и правила поведения на горе и на подъемнике. | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|
| 54 | Методика применения подготовительных упражнений в плавании. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 55 | Методика проведения игр-эстафет и народных подвижных игр | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 56 | Горнолыжный спорт. Совершенствование техники спуска на горных лыжах. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 57 | Подготовка и проведение учебного занятия по плаванию. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 58 | Методика проведения подвижных игр для детей с нарушениями в состоянии здоровья | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 59 | Горнолыжный спорт. Организация и проведение соревнований по слалому. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 60 | Организация и проведение соревнований по плаванию. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 61 | Методика проведения подвижных игр в оздоровительных и спортивных лагерях. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 62 | Особенности проведения соревнований по лыжному спорту | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 63 | Тестирование специальной физической подготовленности | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 64 | Методика организации и проведения физкультурно-спортивного мероприятия в образовательном учреждении | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 65 | Консультация | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 66 | Дифференцированный зачет по теории и методике обучения базовым видам спорта | 0 | 0 | 0 | 0 |

4. Система оценивания.

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течение семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме дифференцированного зачета.

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- от 0 до 60 баллов – «не зачтено»;
- от 61 до 100 баллов – «зачтено».

- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
- от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 Литература:

1. Анушкевич, Н. В. Техника и методика обучения плаванию [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Н. В. Анушкевич, М. А. Дедловский. - Барнаул: [б. и.], 2013. - 98 с.: ил. - Загл. из текста. - Режим доступа: <http://icdlib.nspu.ru/catalog/details/icdlib/645241/> (28.03.2022).

2. Булгакова Н.Ж. Теория и методика плавания: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Н. Ж. Булгакова, О. И. Попов, Е.А.Распопова; под ред. Н.Ж.Булгаковой. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 320 с.

3. 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> (28.03.2022).

4. 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> (28.03.2022).

5. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Лыжный спорт: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / [Г.А. Сергеев, Е.В. Мурашко, Г.В. Сергеева и др.]; под ред. Г.А. Сергеева. – М. : Издательский центр «Академия», 2013. – 176 с.

5.2 Электронные образовательные 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/>

6. 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/>

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

Аудитория для проведения занятий лабораторного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: Для проведения лабораторных занятий материально-техническая база оснащена:

Гимнастический зал оборудованный ковром для вольных упражнений размером 12х12 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 раздевальные 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.

Аудитория для самостоятельной работы оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональные компьютеры.

УТВЕРЖДЕНО

Заместитель директора по
учебно-методической работе
института физической культуры

Симонова Е.А.

РАЗРАБОТЧИКИ

Симонова Е.А., Самарин А.В.,

Дмитриева С.В., Чаюн Д.В.,

Базилевич М.В.

Теория и методика обучения базовым видам спорта (8 семестр)

Рабочая программа

для обучающихся по направлению подготовки

49.03.01, Физическая культура

профиль подготовки «Физическая культура и спорт»

реализуемым по индивидуальным образовательным траекториям на основе модели «2+2»
форма обучения (очная)

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

1.1. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины: (УК-7, ОПК-1 , ОПК-2, ОПК-3, ОПК-4 ОПК-13, ОПК-14, ОПК-15, ПК-1)

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Теория и методика обучения базовым видам спорта

В результате освоения дисциплины «Школа современного тренера: этап начальной подготовки» бакалавр должен обладать общепрофессиональными (ОПК) и профессиональными (ПК) компетенциями:

УК-7: Способен поддерживать должный уровень подготовленности для обеспечения полноценной и профессиональной деятельности.

ОПК-1 - Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.

ОПК-2: Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий.

ОПК-3: Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.

ОПК-4: Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовать участие спортсменов в соревнованиях и избранном виде спорта.

ОПК-13: Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта.

ОПК-14: Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.

ОПК-15: Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий

ПК-1: Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы начального, основного, среднего общего образования, дополнительного образования детей в области физической культуры и спорта.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен приобрести:

Знания:

- о теории физической культуры и спорта, физиологических характеристик нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста;

- методике обучения, спортивной тренировки и способах совершенствования техники в базовых видах спорта.

Умения:

- в планировании и разработке организационно-методической документации;

- в проведении тренировочных занятий;

- в организации и проведения соревнований по базовым видам спорта;

- в проведении контроля в тренировочном и образовательном процессе.

Навыки:

- применения современных методик для обучения и тренировки в базовых видах спорта;

- проведения спортивного отбора и спортивной ориентации в процессе занятий;

- проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов спорта с детьми начального, основного, среднего общего образования и дополнительного образования.

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

| Вид учебной работы | | Всего часов в семестре |
|---|-----------------|------------------------|
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 7 |
| | час | 252 |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 110 |
| Лекции | | 0 |
| Практические занятия | | 0 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | 110 |
| Консультации | | 2 |
| Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося | | 142 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен) | | Экзамен |

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|---|--|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 8 семестре | 0 | 0 | 110 | 110 |
| | Теория и методика обучения базовым видам спорта 8 семестр | 0 | 0 | 120 | 120 |
| 1 | Сноубординг Знакомство с техническим арсеналом сноубордиста. Техника безопасности при проведении занятий на слоне. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 2 | Гимнастика Упражнения на гимнастических снарядах. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 3 | Легкая атлетика Проведение занятий в беге на короткие дистанции | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 4 | Плавание Совершенствование техники плавания кролем на груди и кролем на спине | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 5 | Спортивные игры Методика | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|
| | проведения тренировочного занятия по спортивным играм | | | | |
| 6 | Сноубординг Освоение упражнений техники: стойки. Изучение специальных упражнений для освоения техники стойки | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 7 | Гимнастика Упражнения на гимнастических снарядах. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 8 | Легкая атлетика Проведение занятий в беге на средние и длинные дистанции | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 9 | Плавание Совершенствование техники плавания способом брасс, старта и поворота | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 10 | Спортивные игры Методика проведения тренировочного занятия по спортивным играм | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 11 | Сноубординг Освоение упражнений техники: торможения. Изучение специальных упражнений для освоения техники торможения. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 12 | Гимнастика Опорные прыжки. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 13 | Легкая атлетика Проведение занятий в эстафетном беге | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 14 | Плавание Совершенствование техники плавания способом баттерфляй | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 15 | Спортивные игры | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 16 | Сноубординг Освоение упражнений техники: поворотов. Изучение специальных упражнений для освоения техники поворотов. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 17 | Гимнастика Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 18 | Легкая атлетика Проведение занятий в барьерном беге | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 19 | Плавание Комплексное плавание | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 20 | Спортивные игры Методика проведения тренировочного занятия по спортивным играм | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 21 | Сноубординг Выполнение упражнения на равновесие. Изучение специальных упражнений для освоения техники упражнения на равновесие. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 22 | Гимнастика Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 23 | Легкая атлетика Проведение занятий в прыжках в высоту | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 24 | Плавание Обучение эстафетному плаванию | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|
| 25 | Спортивные игры Методика проведения тренировочного занятия по спортивным играм | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 26 | Сноубординг Отработка прохождения отрезков трассы (резаные повороты). Техническая подготовка сноубордиста. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 27 | Гимнастика Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 28 | Легкая атлетика Проведение занятий в спортивной ходьбе | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 29 | Плавание Методико-практическое занятие направленное на совершенствование техники плавания способом кроль на груди | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 30 | Спортивные игры Методика проведения тренировочного занятия по спортивным играм | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 31 | Сноубординг Освоение упражнений техники: остановок. Изучение специальных упражнений для освоения техники остановок. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 32 | Гимнастика Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 33 | Легкая атлетика Проведение занятий в прыжках в длину | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 34 | Плавание Методико-практическое занятие направленное на совершенствование техники плавания кролем на спине | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 35 | Спортивные игры Методика проведения тренировочного занятия по спортивным играм | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 36 | Сноубординг Совершенствование технического мастерства студентов, отработка прохождения отрезков трассы (резаные повороты). Прохождение дистанции змейкой, от края до края трассы. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 37 | Гимнастика Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 38 | Легкая атлетика Проведение занятий в тройном прыжке | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 39 | Плавание Методико-практическое занятие направленное на совершенствование техники плавания способом брасс | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 40 | Спортивные игры Методика проведения тренировочного занятия по спортивным играм | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|
| 41 | Сноубординг Совершенствование технической подготовки сноубордиста. Отработка прохождения отрезков трассы (резаные повороты). Совершенствование упражнений техники: стойки. Исправление возникающих ошибок при освоении техники, их причины и методика устранения. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 42 | Гимнастика Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 43 | Легкая атлетика Проведение занятий в легкоатлетических метаниях | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 44 | Плавание Методико-практическое занятие направленное на совершенствование техники плавания способом баттерфляй | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 45 | Спортивные игры Методика проведения тренировочного занятия по спортивным играм | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 46 | Сноубординг Формирование навыков методике обучения технике сноубординга. Совершенствование ведущих двигательных качеств сноубордиста (скоростно-силовых, специальной выносливости, гибкости и координации движений). | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 47 | Гимнастика Проведение студентами занятия по гимнастике в соответствии с заданием преподавателя. | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 48 | Легкая атлетика Проведение занятий по многоборью | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 49 | Плавание Методико-практическое занятие по плаванию организация и проведение соревнований эстафет | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 50 | Спортивные игры Основы организации и проведения соревнований по баскетболу | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 51 | Лыжные гонки Особенности проведения соревнований в лыжных гонках | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 52 | Гимнастика Соревнования по видам многоборья мужской и женской спортивной гимнастики | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 53 | Легкая атлетика Особенности проведения соревнований в легкой атлетике | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 54 | Плавание Защита группового проекта | 0 | 0 | 2 | 2 |
| 55 | Спортивные игры Контроль методико-практической подготовленности студентов | 0 | 0 | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|
| 56 | Теория и методика обучения базовым видам спорта. 8 семестр | 0 | 0 | 2 | 2 |
| | Консультация перед экзаменом | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Экзамен по теории и методике базовых видов спорта | 0 | 0 | 0 | |

4. Система оценивания.

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.

В случае не полного выполнения указанных условий по уважительной причине, студент может получить индивидуальные задания и консультации по пропущенному учебному материалу.

При подготовке к устному экзамену 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 оценивания:

Критерии выставления экзаменационной оценки за ответы на вопросы билета:

Оценку «отлично» получает бакалавр, показавший всестороннее, систематическое и глубокое знание теоретического материала дисциплины по материалам лабораторных и самостоятельных занятий, основной и дополнительной литературы, интернет-источников; умение успешно выполнять практические задания, решать ситуационные задачи, формулируя выводы на основе анализа и интерпретации полученных данных.

Оценку «хорошо» получает бакалавр, обнаруживший прочные знания теоретического материала и базовых знаний дисциплины, успешно выполняющий практические задания, имеющий способность к самообразованию в процессе профессиональной деятельности.

Оценку «удовлетворительно» получает бакалавр, обнаруживший знание теоретического материала в объеме, необходимом для предстоящей работы по профессии, справляющийся с выполнением практических заданий, знакомый с основной литературой рекомендованными программой дисциплины.

Оценка «неудовлетворительно» ставится бакалавру, 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).

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 Литература:

1. Анушкевич, Н. В. Техника и методика обучения плаванию [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Н. В. Анушкевич, М. А. Дедловский. - Барнаул: [б. и.], 2013. - 98 с.: ил. - Загл. из текста. - Режим доступа: <http://icdlib.nspu.ru/catalog/details/icdlib/645241/> (28.09.2022).

2. Булгакова Н.Ж. Теория и методика плавания: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Н. Ж. Булгакова, О. И. Попов, Е.А.Распопова; под ред. Н.Ж.Булгаковой. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 320 с.

3. 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> (28.09.2022).

4. Губа, В. П. Теория и методика спортивных игр: учебник / В. П. Губа; под редакцией А. А. Алексева; художник К. А. Тихонова. — Москва: Спорт-Человек, 2020. — 720 с. — ISBN 978-5-907225-41-1. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/165128> (28.09.2022).

5. 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> (28.09.2022).

6. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Лыжный спорт: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / [Г.А. Сергеев, Е.В. Мурашко, Г.В. Сергеева и др.]; под ред. Г.А. Сергеева. – М. : Издательский центр «Академия», 2013. – 176 с.

5.2 Электронные образовательные 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/>

10.

6. 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/>

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная

мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

Аудитория для проведения занятий лабораторного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: Для проведения лабораторных занятий материально-техническая база оснащена:

Гимнастический зал оборудованный ковром для вольных упражнений размером 12х12 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 раздевальные 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 руках 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.

Аудитория для самостоятельной работы оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональные компьютеры.

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

УТВЕРЖДЕНО
Заместитель директора по
учебно-методической работе
института физической культуры
Симонова Е.А.
РАЗРАБОТЧИК
Малеев Д. О.

**ШКОЛА СОВРЕМЕННОГО ТРЕНЕРА: ЭТАП ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО
МАСТЕРСТВА**
Рабочая программа
для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура
профиль «Физическая культура и спорт», реализуемой по индивидуальным образовательным
траекториям на основе модели «2+2»
очная формы обучения

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

1.1. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины (модуля): ПК – 3, ОПК – 2, ОПК – 3, ОПК - 4

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Знания: структуры и специфики педагогической деятельности в процессе решения задач воспитания подрастающего поколения и спортивного резерва.

Умения: профессионально подбирать и готовить специализированный инвентарь к занятиям и соревнованиям.

Навыки: владеть методами этапного, текущего и оперативного контроля, организации и проведения спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий.

ПК - 3 - Способен разрабатывать и реализовывать программы спортивной подготовки

ОПК - 2 - Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий

ОПК - 3 - Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке

ОПК - 4 - Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1

| Вид учебной работы | | Всего часов | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--|-----------------|-------------|---------------------------------|
| | | | 5 |
| 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 консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 132 | 132 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | | Дифференцированный зачет |

3. Содержание дисциплины

Таблица 2

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|---|---|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | Часов в 5 семестре | 4 | 8 | 0 | 12 |
| | Школа современного тренера: этап высшего спортивного мастерства | 4 | 8 | 0 | 12 |
| 1 | Общая и специальная физическая подготовка | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 2 | Развитие отдельных физических качеств в циклических видах спорта | 2 | 0 | 0 | 2 |
| 3 | Развитие отдельных физических качеств | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 4 | Развитие общей выносливости в ациклических видах спорта | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 5 | Воспитание общей выносливости в циклических видах спорта | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 6 | Роль силовой подготовки в тренировочном процессе спортсменов-лыжников | 0 | 2 | 0 | 2 |
| 7 | Консультация перед деф.зачётом | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 8 | Зачет по дисциплине | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого (ак.часов) | 4 | 8 | 0 | 12 |

4. Система оценивания.

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течение семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме дифференцированный зачёт в 5 семестре.

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- от 0 до 60 баллов – «не зачтено»;
- от 61 до 100 баллов – «зачтено».

- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
- от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 Литература:

1. Мелентьева, Н. Н. Обучение классическим лыжным ходам : учебно-методическое пособие / Н. Н. Мелентьева, Н. В. Румянцева. — Москва : Издательство «Спорт», 2016. — 216 с. — ISBN 978-5-9907240-1-3. — Текст : электронный. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/55561.html> (дата обращения: 17.05.2022). — Режим доступа: по подписке.

2. Базовые виды двигательной деятельности и методики обучения. Лыжный спорт : учебно-методическое пособие / С. А. Луценко, А. В. Михайлов, С. В. Тухто, К. Ю. Заходякина ; под редакцией С. А. Луценко. — Санкт-Петербург : Институт специальной педагогики и психологии, 2013. — 88 с. — ISBN 978-5-8179-0156-7. — Текст : электронный. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/29969.html> (дата обращения: 17.05.2022). — Режим доступа: по подписке.

3. Кизько, А. П. Физическая культура: лыжные гонки : учебное пособие / А. П. Кизько, В. В. Бородин. — Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2015. — 124 с. — ISBN 978-5-7782-2801-6. — Текст : электронный. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/91573.html> (дата обращения: 17.05.2022). — Режим доступа: по подписке.

4. Теория и методика обучения базовым видам спорта: **лыжный спорт**: учебник для вузов/ ред. Г. А. Сергеев. - Москва: Академия, 2013. - 176 с.

5.2 Электронные образовательные 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/>

6. 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/>

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

-Пакет Microsoft Office 365

-Пакет Adobe Creative Cloud: Photoshop, Illustrator, InDesign, Premiere, After Effects, Acrobat Pro и др.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

Для проведения лабораторных (учебных, учебно-тренировочных, тренировочных) занятий материально-техническая база оснащена тренажерным залом, спортивными залами (единоборств, тренажерный), соответствующим санитарным нормам и технике безопасности спортивным инвентарем.

Лаборатории, оснащенные лабораторным оборудованием.

Лыжная трасса и лыжный инвентарь.