

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Романчук Иван Сергеевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 29.05.2024 18:43:49

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

Таблица 1

Очная 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):		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.

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.

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. Ермакмайшвили. — 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

	<p>Акробатические упражнения. Вольные упражнения. Упражнения на гимнастических снарядах. Контроль технической и теоретической подготовленности студентов по гимнастике.</p>				
3.	<p>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.</p>	0	0	8	8
4.	<p>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.</p>	0	0	6	6
5.	<p>Теория и методика обучения базовым видам спорта: Спортивные игры</p>	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 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, 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.

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 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.)
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 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 (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. Алексеева; 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.