



Разработчики:

Бажук О.В., к.п.н., доцент, заведующий кафедрой педагогики и развития образования

Демидович Е.А., к.п.н, доцент кафедры педагогики и развития образования

Мерецкая Т.В., ст. преподаватель кафедры педагогики и развития образования

Криворотов С.К., ст. преподаватель кафедры педагогики и развития образования

Максюта В.С., к.б.н., доцент кафедры психологии и специального (дефектологического) образования

Попов Е.В., ст. преподаватель кафедры гуманитарных дисциплин и правоведения

## 1. Общая характеристика программы

### 1.1. Название программы – «Физкультурное образование».

1.2. **Цель:** формирование профессиональных компетенций слушателя, необходимых для профессиональной деятельности в области физкультурного образования.

### 1.3. Перечень совершенствуемых профессиональных компетенций

№ п/п	Профессиональная компетенция (ФГОС ВО)	Код компетенции (в зависимости от уровня подготовки)	Трудовые функции (трудовые действия) (ПС)
		Бакалавриат	
1.	Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики	ОПК-1	Осуществление профессиональной деятельности в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования
2.	Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты	ОПК-2	Разработка и реализация программ учебных дисциплин в рамках основной общеобразовательной программы
3.	Способен осуществлять духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе базовых национальных ценностей	ОПК-4	Постановка воспитательных целей, способствующих развитию обучающихся, независимо от их способностей и характера; проектирование и реализация воспитательных программ; реализация воспитательных возможностей различных видов деятельности ребенка.
4.	Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении	ОПК-5	Организация, осуществление контроля и оценки учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения ООП обучающимися
5.	Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ОПК-8	Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся ЗОЖ

#### 1.4. Планируемые результаты обучения

Вид ПД (ОТФ, ТФ)	Профессиональная компетенция / трудовая функция	Умения / необходимые умения	Знания / необходимые знания
<p>ПД<sub>1</sub> Педагогическая деятельность (ОТФ<sub>3.1</sub> Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования)</p>	<p>ПК 1.1 / ОПК-1, ОПК-2, ОПК-5 Способен к осуществлению разработки и реализации программ учебных дисциплин в образовательных организациях / ТФ<sub>1</sub> Общепедагогическая функция. Обучение</p>	<p>- владеть формами и методами обучения; - объективно оценивать знания обучающихся на основе тестирования и других методов контроля в соответствии с реальными учебными возможностями детей - использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся.</p>	<p>- преподаваемый предмет в пределах требований федеральных государственных образовательных стандартов и основной общеобразовательной программы, его истории и места в мировой культуре и науке; - основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития, социализации личности; - основы методики преподавания, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; - пути достижения образовательных результатов и способы оценки результатов обучения.</p>
	<p>ПК 1.2 / ОПК 4 Способен к реализации современных форм и методов воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности / ТФ<sub>2</sub> Воспитательная деятельность</p>	<p>- строить воспитательную деятельность с учетом культурных различий детей, половозрастных и индивидуальных особенностей; - организовывать различные виды внеурочной деятельности: игровую, учебно-исследовательскую,</p>	<p>- основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития и социализации личности; - основы методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных</p>



		художественно-продуктивную, культурно-досуговую с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона	педагогических технологий.
--	--	--	----------------------------

	ПК 1.3 / ОПК-8 Способен к формированию и реализации программ развития универсальных учебных действий, образцов и ценностей социального поведения, толерантности и позитивных образцов поликультурного общения / ТФ <sub>3</sub> Развивающая деятельность	- владеть стандартизированными методами психодиагностики личностных характеристик и возрастных особенностей обучающихся; - владеть профессиональной установкой на оказание помощи любому ребенку вне зависимости от его реальных учебных возможностей, особенностей в поведении, состояния психического и физического здоровья; - формировать детско-взрослые сообщества; - разрабатывать и реализовывать индивидуальные программы развития, индивидуально-ориентированные образовательные программы с учётом личностных и возрастных особенностей обучающихся.	- педагогические закономерности организации образовательного процесса; - закономерности формирования детско-взрослых сообществ, их социально-психологические особенности и закономерности развития детских и подростковых сообществ; - социально-психологические особенности и закономерности развития детско-взрослых сообществ.
--	---	--	---

**1.5. Категория обучающихся (слушателей):** лица, имеющие высшее образование или среднее профессиональное образование.

К освоению дополнительной профессиональной программы также допускаются лица, получающие высшее образование. Получение высшего образования во время освоения программы подтверждается справкой из деканата вуза.

**1.6. Форма обучения** - очная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

**1.7. Срок освоения программы, режим занятий** - 520 часов, включая все виды аудиторной, внеаудиторной (самостоятельной) работы слушателя, текущую, промежуточную и итоговую аттестацию.

Учебная нагрузка устанавливается не более 54 часов в неделю, включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) работы слушателя.

## 2. Содержание программы

### 2.1. Учебный (тематический) план

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
филиал Федерального государственного бюджетного образовательного  
учреждения высшего образования  
«ОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ» в г. Таре  
(Филиал ОмГПУ в г. Таре)



УТВЕРЖДАЮ  
Председатель Учебно-методического совета:  
директор Филиала Л.П. Берестовская  
«15» октября 2024 г., протокол № 3

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Вид дополнительного образования:** профессиональная переподготовка.

**Программа:** «Физкультурное образование»

**Контингент слушателей:** специалисты с высшим и (или) средним профессиональным образованием.

Программа предназначена для профессиональной переподготовки специалистов для выполнения профессиональной деятельности в сфере образования.

**Цель:** формирование профессиональных компетенций слушателя, необходимых для профессиональной деятельности в области физкультурного образования.

**Объем программы:** 520 часов.

**Срок обучения:** 8 месяцев.

**Форма обучения:** очная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

**Документ об образовании:** диплом установленного образца о профессиональной переподготовке, удостоверяющий право специалиста на ведение профессиональной деятельности в сфере физкультурного образования.

#### Согласовано:

Начальник отдела учебно-методического  
и информационного обеспечения образовательного процесса

Заведующий кафедрой педагогики и развития образования

Ответственный за программу профессиональной переподготовки

*Васильева* Е.В. Васильева  
*Бажук* О.В. Бажук

*Демидович* Е.А. Демидович

**План учебного процесса**

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин	Формы контроля		Распределение часов			1 семестр			2 семестр		
							аудиторных часов			аудиторных часов		
		экзамен	зачёт	всего	аудиторных	самостоятельно й работы	в семестре	лекций	семинарских, практических	в семестре	лекций	семинарских, практических
<b>Базовая часть:</b>				<b>220</b>	<b>48</b>	<b>172</b>	<b>42</b>	<b>18</b>	<b>24</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>
<b>Общепрофессиональные дисциплины</b>				<b>220</b>	<b>48</b>	<b>172</b>	<b>42</b>	<b>18</b>	<b>24</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>
1.	Педагогика физической культуры	э		40	10	30	10	4	6			
2.	Психология физической культуры		з	24	4	20	4	2	2			
3.	Анатомия и возрастная физиология	э		60	14	46	14	6	8			
4.	Теория физической культуры и спорта		з	20	6	14	6	2	4			
5.	Биохимия		з	32	6	26				6	2	4
6.	Правовые основы профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта	э		20	4	16	4	2	2			
7..	История физической культуры и спорта		з	24	4	20	4	2	2			
<b>Профильная часть:</b>				<b>280</b>	<b>62</b>	<b>218</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>56</b>	<b>22</b>	<b>34</b>
<b>Профессиональные дисциплины</b>				<b>280</b>	<b>62</b>	<b>218</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>56</b>	<b>22</b>	<b>34</b>
8.	Физкультурно-		з	20	4	16				4	2	2

	спортивные сооружения											
9.	Методика обучения основным движениям и воспитание физических качеств	э		48	14	34				14	6	8
10.	Методика физкультурно-оздоровительной работы в образовательных организациях разного типа	э		36	10	26				10	4	6
11.	Базовые и новые виды физической культуры и спорта	э	з	64	12	52	6	2	4	6	2	4
12.	Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование		з	32	6	26				6	2	4
13.	Физкультурно-оздоровительные технологии		з	44	10	34				10	4	6
14.	Спортивная медицина		з	36	6	30				6	2	4
<b>ИА</b>	<b>Итоговая аттестация</b>											
	Итоговый экзамен	*										
	<b>Всего часов</b>			<b>500</b>	<b>110</b>	<b>390</b>	<b>48</b>	<b>20</b>	<b>28</b>	<b>62</b>	<b>24</b>	<b>38</b>
	<b>Число экзаменов</b>	<b>6</b>					<b>3</b>			<b>3</b>		
	<b>Число зачётов</b>		<b>9</b>				<b>4</b>			<b>5</b>		



УТВЕРЖДАЮ

Председатель Учебно-методического совета:

директор Филиала



## 2.2. Рабочий учебный план

### РАБОЧИЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

на 2024/2025 учебный год

кафедра педагогики и развития образования

программа профессиональной переподготовки «Физкультурное образование»

Группа III 1 - ФО

Количество слушателей: 10 человек

Срок обучения: 8 месяцев.

Форма обучения: очная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Место обучения: Филиал ОмГПУ в г.Таре

График учебного процесса: с 05 ноября 2024 г. по 22 июня 2025 г.

№ п/п	дисциплина	аудиторных часов в семестре			закрепление за преподавателем	форма контроля по семестрам	
		всего	лекций	семинарских, практических		экзамен	зачёт
1.	Педагогика физической культуры	10	4	6	Мерецкая Т.В.	1	
2.	Психология физической культуры	4	2	2	Бажук О.В.		1
3.	Анатомия и возрастная физиология	14	6	8	Максюта В.С.	1	
4.	Теория физической культуры и спорта	6	2	4	Демидович Е.А.		1
5.	Биохимия	6	2	4	Максюта В.С.		2
6.	Правовые основы профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта	4	2	2	Попов Е.В.	1	
7.	История физической культуры и спорта	4	2	2	Демидович Е.А.		1
8.	Физкультурно-спортивные сооружения	4	2	2	Демидович Е.А.		2

9.	Методика обучения основным движениям и воспитание физических качеств	14	6	8	Криворотов С.К.	2	
10.	Методика физкультурно-оздоровительной работы в образовательных организациях разного типа	10	4	6	Криворотов С.К.	2	
11.	Базовые и новые виды физической культуры и спорта	12	4	8	Демидович Е.А.	2	1
12.	Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование	6	2	4	Демидович Е.А.		2
13.	Физкультурно-оздоровительные технологии	10	4	6	Демидович Е.А.		2
14.	Спортивная медицина	6	2	4	Максюта В.С.		2
И А	Итоговый экзамен	*					
	<b>ИТОГО</b>	110	44	66			

Начальник отдела учебно-методического  
и информационного обеспечения образовательного процесса

Заведующий кафедрой педагогики и развития образования

Ответственный за программу профессиональной переподготовки

*Васильева ЕВ* Е.В. Васильева

*О.В. Бажук* О.В. Бажук

*Демидович* Е.А. Демидович



## 2.3 Календарный учебный график

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
филиал Федерального государственного бюджетного образовательного  
учреждения высшего образования  
«Омский государственный педагогический университет» в г. Таре  
(Филиал ОмГПУ в г. Таре)



Утверждён  
Председателем Учебно-методического совета:  
директором Филиала ОмГПУ в г.Таре  
«15» октября 2024 г.  
Л.П. Берестовской

Календарный учебный график  
Программа профессиональной переподготовки «Физкультурное образование»

Срок обучения - 8 месяцев.

Форма обучения - очная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

2024/ 2025 учебный год	ноябрь			25-01	декабрь				30-05	январь				февраль			24-02	март				31-06	апрель			28-04	май			26-01	июнь		
	05-10	11-17	18-24		02-08	09-15	16-22	23-29		06-12	13-19	20-26	27-02	03-09	10-16	17-23		03-09	10-16	17-23	24-30		07-13	14-20	21-27		05-11	12-18	19-25		02-08	09-15	16-22
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33
Этап	Ф	Ф											Э	Э	Э												Э	Э	Э	К	К	И	

Условные обозначения этапов обучения

Ф-формирование группы

Э-экзаменационная сессия

К- каникулы

И – итоговая аттестация



## 2.4 Рабочие программы дисциплин

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
филиал Федерального государственного бюджетного образовательного  
учреждения высшего образования  
«Омский государственный педагогический университет» в г. Таре  
(Филиал ОмГПУ в г. Таре)



Утверждаю  
Председатель Учебно-методического совета:  
директор Филиала Л.П. Берестовская  
«15» октября 2024 г., протокол № 3

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

#### Педагогика физической культуры

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки

«Физкультурное образование»

Программа составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования от 22.02.2018 №121 и с учётом требований Профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» от 18.10.2013 №544н

Составитель:  
Мерецкая Т.В.,  
старший преподаватель кафедры педагогики и развития образования

Т.В. Мерецкая

Тара, 2024

## 1.Общая характеристика РПД

Название дисциплины «Педагогика физической культуры»

Форма обучения: очная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Общая трудоёмкость учебной дисциплины для слушателей: 40 (часов),

в том числе, по видам учебных занятий, из них:

- лекций – 4 ак. час.
- практических занятий – 6 ак. час.

Объём самостоятельной работы обучающихся – 30 ак.ч.

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

Дисциплина «Педагогика физической культуры» включена в дополнительную профессиональную программу профессиональной переподготовки (далее ДПП ПП) «Физкультурное образование».

**Цель дисциплины:** формирование целостного представления о сущности, специфике, закономерностях педагогики, педагогическом аспекте профессиональной деятельности специалистов в области физической культуры.

Вид деятельности / обобщённая трудовая функция	Профессиональная компетенция / трудовая функция	Умения / необходимые умения	Знания / необходимые знания
ПД <sub>1</sub> Педагогическая деятельность (ОТФ <sub>3.1</sub> Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования)	ПК 1.1 / ОПК-1, ОПК-2, ОПК-5 Способен к осуществлению разработки и реализации программ учебных дисциплин в образовательных организациях / ТФ <sub>1</sub> Общепедагогическая функция. Обучение	- самостоятельно изучать психолого-педагогическую литературу по проблемам обучения и воспитания людей в системе образования; - осуществлять педагогическую деятельность в области физической культуры в образовательных организациях.	- сущность, основные категории и задачи педагогики физической культуры и спорта; - способы организации педагогического процесса, деятельности педагога и учащихся в процессе обучения, закономерности, принципы, формы и методы обучения; - современные дидактические концепции обучения и воспитания.
	ПК 1.2 / ОПК 4 Способен к реализации современных форм и методов воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности / ТФ <sub>2</sub> Воспитательная деятельность	- осуществлять воспитательный процесс в образовательных организациях; - осуществлять планирование и реализацию воспитательного процесса в учебной и внеучебной деятельности в области физической культуры.	- основы обучения и воспитания; - особенности влияния занятий физической культурой на формирование личности обучающегося.
	ПК 1.3 / ОПК-8 Способен к формированию и реализации программ развития универсальных учебных действий,	- определять необходимые взаимосвязи профессиональной педагогической деятельности со смежными научными	- социальную значимость своей будущей профессии, цели для мотивации к осуществлению профессиональной деятельности.

	образцов и ценностей социального поведения, толерантности и позитивных образцов поликультурного общения / ТФ <sub>3</sub> Развивающая деятельность	дисциплинами; - определять основные направления физического воспитания различных групп населения.	
--	---	--	--

## 2. Содержание дисциплины

### 2.1. Принципы отбора содержания и организации учебного материала

- соответствия содержания уровню развития современной науки, практики, основным требованиям развивающегося демократического общества
- учёта единства содержательной и процессуальной сторон обучения
- структурной целостности содержания с учетом индивидуальных потребностей слушателей
- достаточности содержания для формирования у слушателя профессиональных компетенций, выполнения трудовых функций, предусмотренных ДПП ПП.

### 2.2. Междисциплинарные связи дисциплины

Дисциплина «Педагогика физической культуры» связана с такими учебными дисциплинами, как «Психология физической культуры» и «Методика физкультурно-оздоровительной работы в образовательных организациях разного типа».

### 2.3. Тематический план дисциплины

№	Тема (раздел) дисциплины	Всего академических часов	В том числе, по видам занятий		Самостоятельная работа слушателей
			Лекции	Практические занятия	
1	Педагогические аспекты развития личности в сфере физической культуры и спорта	11	1	2	8
2	Воспитательный потенциал физкультурно-спортивной деятельности	11	1	2	8
3	Специфика деятельности и требования к личности специалиста в области физической культуры и спорта	18	2	2	14
	ИТОГО:	40	4	6	30

### 2.4. Основное содержание тем

**Тема 1. «Педагогические аспекты развития личности в сфере физической культуры и спорта».**  
Проблемы и задачи педагогики физического воспитания и спорта. Особенности спортивной деятельности. Процесс развития личности, факторы развития, возрастные особенности развития. Понятия «развитие»,

«личность», черты личности; факторы развития личности; возрастные особенности развития; возрастная периодизация, особенности развития в разных возрастах. Коллектив и его влияние на личность спортсмена.

### **Тема 2. «Воспитательный потенциал физкультурно-спортивной деятельности».**

Особенности воспитания в процессе занятий физической культурой и спортом как раздел педагогики спорта. Цели и задачи воспитания при занятиях физической культурой и спортом. Структура и содержание воспитательного процесса. Специфика использования принципов и методов воспитания. Система средств воспитания в физической культуре и спорте. Особенности самовоспитания в спорте. Специфика коллективных взаимоотношений при занятиях физической культурой и спортом. Реализация задач комплексного подхода к формированию личности при занятиях физической культурой и спортом. Особенности педагогической работы с различными возрастными и социальными категориями населения. Спортивно-патриотическое воспитание личности.

### **Тема 3. «Специфика деятельности и требования к личности специалиста в области физической культуры и спорта».**

Структура и содержание профессионально-педагогической компетентности специалиста как отражение специфики физкультурно-спортивной деятельности. Физкультурно-спортивная ориентация как составная часть педагогической направленности личности спортивного педагога. Проектирование в физкультурном образовании. Педагогические инновации в сфере физической культуры и спорта.

## **2.5. Основные понятия (тезаурус)**

*Педагогика физической культуры и спорта* – это наука о законах и закономерностях развития и формирования личности в процессе двигательной деятельности при организации обучения, воспитания, образования на занятиях физической культурой и спортом.

*Физкультурно-спортивная деятельность* – это образовательная область в системе непрерывного образования, обеспечивающая здоровье и гармоническое развитие личности, её эффективную самореализацию в обществе.

*Физкультурно-спортивная ориентация* – это система организационно-методических мероприятий, позволяющих наметить направление специализации юного спортсмена в определенном виде спорта.

*Личность* – это человек, взятый в системе таких его психологических характеристик, которые социально обусловлены, проявляются в общественных по природе связях и отношениях, являются устойчивыми, определяют нравственные поступки человека, имеющие существенное значение для него самого и окружающих.

*Обучение* – взаимообусловленный, целенаправленный, организованный и систематически осуществляемый процесс передачи педагогом определенных знаний, умений, навыков и их овладение обучаемыми.

*Воспитание (в педагогическом значении)* — целенаправленная организационная система воздействий на обучаемых в интересах формирования у них определенных мировоззренческих позиций, нравственных идеалов, норм и отношений, эстетического восприятия, высоких стремлений, а также потребностей к систематическому труду.

*Воспитание (в широком смысле)* — процесс систематического и целенаправленного воздействия общества на духовное и физическое развитие личности путем создания условий для производительной, общественной и культурной деятельности людей.

*Инновация* — новшество, новизна, изменение. Применительно к педагогическому процессу — введение нового в цели, содержание, методы и формы обучения и воспитания, организацию совместной деятельности учителя и учащегося, систему контроля и оценки, учебно-методическое обеспечение и др.

*Личностный и профессиональный рост спортивного педагога* выражается в способности постоянного совершенствования личностных характеристик и профессиональных способностей. Совершенствование личности спортивного педагога осуществляется через тренинг психофизических свойств: памяти, внимания, мышления, эмоциональной устойчивости посредством формирования психофизической культуры — идеомоторной тренировки, аутогенной тренировки, саморегуляции организма, активного самовнушения и др. Личностный рост спортивного педагога является базой его профессионального совершенствования, результатом которого является его профессиональная карьера.

*Интерактивное обучение* — специальная форма организации познавательной деятельности, подразумевающая конкретные и прогнозируемые цели. Одна из таких целей состоит в создании комфортных условий обучения, при которых обучаемый чувствует свою успешность, свою интеллектуальную состоятельность, что делает продуктивным сам процесс обучения.

*Образование* — процесс овладения системой научных знаний, познавательных умений и навыков.

*Образовательные системы* — социальные институты, осуществляемые целенаправленную подготовку подрастающего поколения к самостоятельной жизни в современном обществе.

*Основные дидактические категории* — человеческое учение, обучение, содержание образования, знание, умение, навык, методы обучения и формы его организации:

*Учение* — вид человеческой деятельности и процесс овладения знаниями, умениями и навыками, требующий определенного уровня развития интеллектуальных, эмоционально-волевых и физических качеств.

*Знание* — совокупность идей, в которых выражается теоретическое овладение предметом.

*Умение* — способы применения усвоенных знаний на практике.

*Навык* — умение, доведенное до автоматизма либо до высокой степени совершенства.

*Цель обучения* — мысленное представление конечного результата обучения.

*Средство обучения* — предметная поддержка учебного процесса или то, с помощью чего организуется процесс обучения.

*Форма обучения* — способы организации и способы взаимодействия в учебном процессе. Форма связана с количеством обучаемых, временем и местом обучения.

*Результат обучения* — степень реализации намеченной цели; то, к чему приходит обучение (продукт обучения).

*Оценка индивидуальных свойств личности спортивного педагога* проводится по следующим критериям: идейно-политические, нравственные, эмоционально-волевые качества; поведение в коллективе; отношение к работе; личностно-профессиональные качества.

*Педагогическая техника спортивного педагога* включает понятия техники и культуры речи, общения; вербального и невербального общения; саморегуляции психических состояний; внешний вид.

*Профессиональная компетентность спортивного педагога* — владение необходимой суммой знаний, спортивных умений и навыков, определяющих сформированность его педагогической деятельности, педагогического общения и личности спортивного педагога как носителя определенных ценностей, идеалов и педагогического сознания.

*Спортивный педагог* — специалист, работающий в сфере физической культуры и спорта. Выполняет функции педагога по физической культуре в образовательных учреждениях, тренера по избранному виду спорта, инструктора по фитнесу, инструктора по избранному виду спорта, преподавателя физического воспитания, преподавателя спортивных и теоретических дисциплин в высших учебных заведениях.

*Технология обучения* — совокупность научных методов, способов, приемов, форм и средств, реализуемая определенным образом и в определенной последовательности в интересах повышения эффективности дидактического процесса.

## 2.6. Организация самостоятельной работы слушателей

Самостоятельная работа слушателя организуется в форме самоподготовки к лекционным и практическим занятиям.

№	Тема	Задания для самостоятельной работы	Источники, средства электронной поддержки	Форма контроля
1	Педагогические аспекты развития личности в сфере физической культуры и спорта	Работа с учебником, справочной литературой, периодической печатью, Интернет-ресурсами: 1. Составить тезаурус основных терминов и понятий дисциплины. 2. Составить структурно-логическую схему «Связь педагогики физической культуры с другими	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Тезаурус, схема, реферат

		науками». 3.Подготовить реферат.		
2	Воспитательный потенциал физкультурно-спортивной деятельности	1. «Составить структурно-логическую схему Методы и формы воспитания личности в физической культуре и спорте». 2. Выполните письменное домашнее задание.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Структурно-логическая схема, письменное домашнее задание.
3	Специфика деятельности и требования к личности специалиста в области физической культуры и спорта	1. Заполнить таблицу «Профессиональные и личностные качества специалиста по физической культуре и спорту. Подготовка к выполнению теста Подготовка конспекта урока по физической культуре	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Тест. Конспект урока по физической культуре

### 3. Фонд оценочных средств для аттестации по дисциплине

#### 3.1. КИМ для текущего контроля

##### Семинары № 1. Педагогические аспекты развития личности в сфере физической культуры и спорта

1. Проблемы и задачи педагогики физической культуры и спорта.
2. Основные категории педагогики физической культуры и спорта.
3. Реализация задач воспитания в формировании личности при занятиях физической культурой и спортом.

*Литература:*

Основная литература [1,2]

Дополнительная литература [1,2]

##### Семинары № 2. Воспитательный потенциал физкультурно-спортивной деятельности

1. Структура воспитания как педагогического явления.
2. Особенности воспитательного процесса в физкультурно-спортивной деятельности.
3. Специфика целей и задач физического воспитания.
4. Принципы, методы и средства воспитания.
5. Самовоспитание и самообразование как условия реализации потенциальных возможностей специалиста по физической культуре и спорту.
6. Роль спортивного коллектива в решении учебно-воспитательных задач.
7. Инновационные воспитательно-образовательные системы

*Литература:*

Основная литература [1,2]

Дополнительная литература [1,2]

### **Семинары № 3. Специфика деятельности и требования к личности специалиста в области физической культуры и спорта**

1. Характеристика продуктивной деятельности специалиста в области физической культуры и спорта.
2. Диагностика готовности специалиста в области физической культуры.
3. Физкультурная направленность и творческая стратегия личности специалиста по физической культуре и спорту в педагогическом процессе.
4. Структура и содержание профессионально-педагогической компетентности специалиста по физической культуре и спорту.

#### *Литература.*

Основная литература [1,2]

Дополнительная литература [1,2]

### **3.2. КИМ для промежуточного контроля**

#### **Темы рефератов**

1. Основные этапы становления и развития педагогики физической культуры
2. Цели воспитания при занятии физическими упражнениями и спортом.
3. Методы формирования нравственного сознания и их разнообразные формы.
4. Оценка личностной и мотивационной готовности к занятиям физической культурой.
5. Особенности формирования убеждений в процессе занятий физической культурой и спортом.
6. Сущность и особенности воспитательного процесса.
7. Типы нравственных упражнений в воспитательной практике: упражнения в деятельности; режимные упражнения; специальные упражнения. Примеры использования этих методов на занятиях по спорту.
8. Методы педагогического стимулирования и коррекция поведения.
9. Задачи и содержание нравственного воспитания в условиях спортивной деятельности.
10. Средства и методы эстетического воспитания. Эстетическая характеристика различных видов спорта.
11. Деятельность тренера по формированию нравственных знаний, взглядов, убеждений занимающихся.
12. Формирование у занимающихся нравственных чувств, совести.
13. Формирование нравственного поведения - навыков и привычек.
14. Воспитание трудолюбия в условиях спортивной деятельности.
15. Понятия дисциплины и условия воспитания дисциплины на занятиях физической культурой и спортом.
16. Сущность и содержание спортивной этики.
17. Диагностические методы по выявлению нравственной воспитанности учащихся и занимающихся спортом.
18. Коллективизм и индивидуализм как значимые личные качества.
19. Понятие коллектива, его признаки. Значение коллектива в формировании личности спортсмена.
20. Методы и средства воспитания спортивного коллектива.
21. Самовоспитание как неотъемлемая составная часть воспитания, его движущие силы и источники.
22. Роль педагога в организации самовоспитания.
23. Профессиональные обязанности учителя ФК, тренера.
24. Формирование педагогической направленности преподавателя физической культуры.
25. Творческий поиск в системе работы тренера-преподавателя

#### **Письменное домашнее задание**

1. Составьте педагогический кодекс тренера, учителя физической культуры.
2. Составьте педагогическую характеристику спортивной группы и рекомендации по коррекции ее микроклимата.
3. Оцените стиль руководства кого-либо из известных тренеров (по материалам публикаций в прессе или собственных наблюдений).
4. Подготовьте сценарий спортивного праздника для конкретного контингента, указав воспитательную направленность данного мероприятия.
5. Опишите конфликтную ситуацию, наблюдаемую вами в спорте, и оцените эффективность ее разрешения.

## Тест

1. Педагогика - это наука о...
  - а) подготовке учителя к работе в школе
  - б) способах научного познания
  - в) психологических особенностях личности
  - г) воспитании человека в современном обществе
2. Какое из понятий относится к педагогическому процессу, включающему обучение движениям, сообщение специальных знаний и воспитание физических и психических качеств?
  - а) физическая культура
  - б) физическая подготовка
  - в) физическое воспитание
  - г) физическое совершенствование
3. Какой метод педагогического исследования целесообразно применить, чтобы получить данные, отражающие педагогическое событие непосредственно в момент его протекания?
  - а) наблюдение
  - б) эксперимент
  - в) метод опроса
  - г) контрольные испытания
4. Задачи педагогической науки - ...
  - а) изучение способностей учащихся
  - б) контроль и оценка знаний учащихся
  - в) сотрудничество учителя с родителями
  - г) вскрытие закономерностей обучения и воспитания
5. Объектом педагогики является ...
  - а) психологические особенности личности
  - б) методы педагогического исследования
  - в) педагогический процесс
  - г) учение о принципах построения теории
6. Основное требование к личности педагога – это ...
  - а) профессиональная компетентность
  - б) хороший семьянин
  - в) конформизм
  - г) интересный собеседник
7. Объект деятельности педагога – это...
  - а) учебная задача
  - б) педагогический процесс
  - в) формы обучения
  - г) методы обучения
8. Методы воспитания – это...
  - а) общие исходные положения, которыми руководствуется педагог
  - б) способы воздействия на сознание, волю, чувства, поведения воспитанников
  - в) предметы материальной и духовной культуры, которые используются для
  - г) решения педагогических задач
  - д) варианты организации конкретного воспитательного процесса
9. Двусторонний характер обучения проявляется в тесном взаимодействии ...
  - а) образования и воспитания
  - б) ученика и класса
  - в) семьи и школы
  - г) самообразования и учения
  - д) преподавания и учения
10. Процесс обучения – это...
  - а) овладение культурой физического труда
  - б) совокупность последовательных действий учителя и руководимых им учащихся
  - в) сознательное усвоение системы знаний, умений, навыков
  - г) формирование основ мировоззрения и поведения
  - д) развитие творческих сил и способностей
11. Педагогический такт – это ...



- а) внешнее проявление внутреннего мира человека
  - б) взаимодействие взрослых и детей
  - в) мера воспитательного воздействия
  - г) принцип меры, который педагог должен соблюдать в процессе общения с детьми
  - д) активная форма взаимодействия со средой
12. Педагогика физической культуры и спорта тесно связана с ...
- а) физической культурой, рисованием, трудом
  - б) филологией, физикой, социологией
  - в) математикой, географией, психологией
  - г) философией, психологией, физиологией
  - д) философией, астрономией, медициной
13. Стили педагогического общения:
- а) гуманистический, взаимопониманий, гласности
  - б) демократический, гуманистический, гласности
  - в) авторитарный, демократический, либеральный
  - г) авторитарный, уважительный
14. Стиль поведения педагога, не принимающего участия в жизни коллектива
- а) оппозиционный
  - б) демократический
  - в) авторитарный
  - г) либеральный
  - д) сотрудничество
15. Эффективный стиль управления педагогическим процессом –
- а) либеральный
  - б) демократический
  - в) авторитарный
  - г) оппозиционный
  - д) нейтральный
16. Основные требования к педагогу –
- а) педагогическое мастерство и педагогический такт
  - б) сила воли, педагогическая техника
  - в) идейность, терпеливость
  - г) устойчивость, наблюдательность
  - д) терпеливость, внимательность
17. Какими способностями определяется профессиональное мастерство учителя физической культуры?
- а) дидактическими, академическими
  - б) перцептивными, речевыми
  - в) организаторскими, авторитарными
  - г) коммуникативными, аттенционными
  - д) все ответы правильные
18. Какие способности учителя физической культуры заключаются в умении реконструировать и адаптировать учебный материал?
- а) дидактические
  - б) речевые
  - в) академические
  - г) перцептивные
19. Какие способности учителя физической культуры позволяют постоянно расширять и углублять знания в своей области?
- а) дидактические
  - б) речевые
  - в) академические
  - г) перцептивные
20. Самостоятельная отрасль педагогической науки, разрабатывающая методологические и теоретические основы формирования личности в условиях и под влиянием спортивной деятельности, называется:
- а) общая педагогика;
  - б) специальная педагогика;

- в) педагогика спорта;
  - г) коррекционная педагогика
21. Сущность процесса обучения заключается:
- а) в обучающей деятельности педагога, правильном подборе средств и методов обучения, соблюдении принципов обучения;
  - б) эффективной организации учебного процесса, внедрении инновационных технологий в образовательную деятельность;
  - в) учебно-познавательной деятельности обучающегося, направленной на учение, овладение основами наук, техники, культуры;
  - г) взаимосвязанной деятельности педагога и обучающегося, ведущей к результату в виде системы знаний, умений, навыков и развитию личности ученика.
22. Назовите основные звенья процесса усвоения учебного материала:
- а) осознание цели, мотивация, восприятие, понимание, осмысливание, закрепление, формирование и применение умений и навыков, обобщение и систематизация знаний, умений и навыков, самоконтроль усвоения;
  - б) рост познавательной активности и сознательности в овладении знаниями, умениями, навыками, возрастание познавательной самостоятельности учащихся;
  - в) стремление к творческому подходу в познавательной деятельности,
  - г) углубление мотивации учения, формирование познавательных интересов;
  - д) слушание, чтение, наблюдения, заметки во время изложения учебного материала, запоминание вопросов педагога и ответы на них, решение задач (устно и письменно), эксперименты.
23. Вид педагогических способностей, характеризующийся умением пополнять запас знаний, творчески разрешать проблемы учебно-воспитательного процесса, способностью к соответствующей области знаний, науки:
- а) академические;
  - б) креативные;
  - в) дидактические;
  - г) суггестивные
24. Компоненты эффективного лидерства тренера:
- а) качества лидера, стиль лидерства;
  - б) выполнимость заданий и требований, предъявляемых ученикам, быстрота и решительность действий, стиль управления;
  - в) ответственность за исполнение решений, гибкость мышления, прагматичность, координирование и структурирование групповых усилий команды;
  - г) умение и готовность оказать эмоциональную поддержку команде в конкретной спортивной ситуации, строгий самоконтроль.

### Схема конспекта урока

**Класс:**

**Тема:**

**Цель:**

**Задачи:**

**Образовательные:**

**Воспитывающие:**

**Развивающие:**

**Тип урока:**

**Планируемые результаты:**

**Предметные:**

**Метапредметные:**

**Личностные:**

**УУД:**

Познавательные:

Коммуникативные:

Регулятивные:

Личностные:

**Оборудование:**

**Ход урока**

<i>Этапы</i>	<i>Деятельность учителя</i>	<i>Деятельность ученика</i>	<i>УУД</i>
...	...	...	...

### 3.3. Организация промежуточной аттестации по дисциплине

Формой промежуточной аттестации по дисциплине «Педагогика физической культуры» является экзамен.

### 3.4. Критерии оценивания

Шкалаоценивания	Критерии оценивания
Экзамен	
«Отлично»	Все теоретические вопросы в билете раскрыты полностью, практическое задание выполнено
«Хорошо»	Теоретические вопросы в билете в основном раскрыты полностью, практическое задание выполнено на хорошем уровне
«Удовлетворительно»	Теоретические вопросы в билете раскрыты частично, практическое задание выполнено с незначительными ошибками
«Неудовлетворительно»	Теоретические вопросы в билете раскрыты частично, отмечается слабое владение понятийным аппаратом, допущены грубые ошибки в решении практического задания

## 4. Организационно-педагогические условия реализации РПД

### 4.1. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Подготовку к семинарскому занятию следует начинать с изучения лекционных материалов и рекомендованной литературы по теме.

При подборе материалов для выступления необходимо ориентироваться на различные источники информации, отражающие проблематику семинара. Отобранные студентами материалы должны быть логически выстроены, ранжированы по степени значимости и по возможности промаркированы. Предварительная работа студентов может быть направлена на создание презентаций, схем, кластеров и других графических моделей, способствующих визуализации, структурированию и обобщению учебного материала.

Результатом самостоятельной работы по подготовке к семинарскому занятию должна стать готовность студентов к публичному выступлению и анализу содержания предложенных текстов.

В обсуждении содержания семинара участникам необходимо ориентироваться на выступления оценочного характера, возможность раскрытия и обоснования различных точек зрения на проблематику занятия, а также коллективный характер поиска ответов на поставленные вопросы.

Критерии оценивания:

- содержательность материалов выступления;
- структурированность текстов;
- осознанность и адекватность понимания текстов;
- терминологическая корректность выступления;
- аргументированность суждений, выводов;
- наличие подготовленной визуальной информации;
- активность участия в дискуссии

Самостоятельная работа студентов организуется на основе выполнения заданий по материалам лекций и подготовки к семинарским занятиям в микрогруппах:

### **Инструкция по работе на семинаре (устный ответ)**

Семинарские занятия – неотъемлемая составляющая практической работы студентов в вузе. Она нужна для развития таких навыков, как рассуждение, доказательство точки зрения и ведение диалога.

Во время семинара каждый должен принимать активное участие.

При оценке устных ответов студентов по дисциплине учитываются следующие критерии:

- 1) Знание основных процессов изучаемой предметной области, глубина и полнота раскрытия вопроса.
- 2) Владение терминологическим аппаратом и использование его при ответе.
- 3) Умение объяснить сущность явлений, событий, процессов, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы.
- 4) Владение монологической речью, логичность и последовательность ответа, умение отвечать на поставленные вопросы, выражать свое мнение по обсуждаемой проблеме.

Приступая к подготовке семинарского занятия необходимо проанализировать изучаемую тему, выделить цели и основные проблемы, которые выносятся на обсуждение. Следующим шагом должно стать изучение лекционного материала, данного преподавателем. Однако, несмотря на подробное изложение материала на лекции, не всегда можно детально рассмотреть все вопросы, касающиеся данной темы. Именно поэтому студенту необходимо изучить рекомендованную литературу по теме.

В процессе работы на семинаре необходимо четко и ясно излагать свои мысли и слушать выступления других участников, а при несогласии с чьим-то мнением не бояться критиковать, но подтверждать свои высказывания аргументами.

Текущий контроль осуществляется в виде индивидуальных устных опросов на семинарском занятии. Устный ответ должен быть изложен студентом объемно и точно. При оценивании ответа студента преподаватель использует несколько основных критериев: самостоятельный ответ (без чтения конспекта); оперирование при ответе ссылками на различные теоретические и фундаментальные исследования, относящимися к теме; понимание студентом всех используемых при ответе категорий и понятий; ответы на дополнительные вопросы преподавателя или других студентов. Допускается разумная опора на конспект или таблицу, сделанные студентом во время самостоятельной работы.

### **Инструкция по подготовке к письменной домашней работе**

Письменная домашняя работа предполагает – письменное задание, выполняемое в течение заданного времени. Как правило, контрольная работа предполагает наличие определенных ответов.

*Критерии оценки выполнения контрольной работы*

Критерии оценки:

- соответствие предполагаемым ответам;
- правильное использование алгоритма выполнения действий (методики, технологии и т.д.);
- логика рассуждений;
- неординарность подхода к решению.

Студенты должны показать знания основных понятий и теорий изучаемого курса, умение последовательно и грамотно излагать учебный материал.

### **Инструкция по подготовке реферата**

*Реферат* представляет собой итог самостоятельного изучения одной (монографический реферат) или нескольких (обзорный реферат) научных работ и должен отражать их основное содержание. При написании реферата студент должен отразить главное в научном тексте, видеть проблемы, которым посвящена работа, а также пути и способы их решения.

Реферат должен иметь четкую структуру:

1. Введение (важность, актуальность проблемы).
2. Основная часть (содержание работы, книги).
3. Заключение (выводы, обобщения).

Реферат отражает обзор изученной литературы в сопоставлении, сравнении, определении аспектов работы. Реферат оценивается преподавателем с учетом требований, предъявляемых к рефератам:

1. Объем реферата не менее 15 страниц в текстовом редакторе Microsoft Word.
2. Формат полосы набора: размер бумаги А4; поля: верхнее и нижнее – 2см, левое – 3 см, правое – 1,5 см; переплет – 0 см; абзац (отступ) – 1, 25 см; текст печатается через 1,5 межстрочный интервал, выравнивание по ширине; Шрифт - Times New Roman Суг 14.
3. Порядок расположения:

1-й лист: Титульный (название университета; кафедры; дисциплины, по которой выполняется реферат; название реферата; фамилия и инициалы студента, выполнившего реферат; фамилия и инициалы преподавателя, проверившего реферат; год выполнения реферата).

2-й лист: Оглавление (план реферата, введение, основная часть, заключение. Введение и заключение не нумеруются).

3-й и последующие листы: Содержание реферата;

Последний лист: Библиографический список использованной литературы (оформляется в соответствии с требованиями: по алфавитному порядку, с указанием автора книги, названия книги, год издательства, количество страниц).

## **4.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение курса**

### **а) основная литература:**

1. Писарева, Т. А. Общие основы педагогики : учебное пособие / Т. А. Писарева. — 2-е изд. — Саратов : Научная книга, 2019. — 127 с. — ISBN 978-5-9758-1759-4. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/81035.html> (дата обращения: 20.02.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Курс по общим основам педагогики / . — Новосибирск : Сибирское университетское издательство, Норматика, 2017. — 117 с. — ISBN 978-5-4374-0807-0. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/65215.html> (дата обращения: 20.02.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Неверкович, С. Д. Интерактивные технологии подготовки кадров в сфере физической культуры / С. Д. Неверкович, Е. В. Быстрицкая, Р. У. Ариффулина. — Москва : Издательство «Спорт», 2018. — 288 с. — ISBN 978-5-9500178-4-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/77237.html> (дата обращения: 20.02.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

### **б) дополнительная литература:**

1. Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта : курс лекций / Г. А. Ямалетдинова ; под редакцией И. В. Ермаковичи. — Екатеринбург : Уральский федеральный университет, ЭБС АСВ, 2014. — 245 с. — ISBN 978-5-7996-1183-5. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/65962.html> (дата обращения: 20.02.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Костихина, Н. М. Педагогика физической культуры и спорта : учебник / Н. М. Костихина, О. Ю. Гаврикова. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2013. — 296 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/65001.html> (дата обращения: 20.02.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Педагогика физической культуры и спорта : учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2019. — 125 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/95413.html> (дата обращения: 20.02.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

4. Бабушкин, Г. Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом : учебное пособие / Г. Д. Бабушкин. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2012. — 328 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/65060.html> (дата обращения: 20.02.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

### **в) перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и ЭБС.**

1. ЭБС IPRbooks- <http://www.iprbookshop.ru/>

2. Российская государственная библиотека - <http://www.rsl.ru/>

**г) информационные технологии**, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

При проведении учебных занятий и самостоятельной подготовке обучающихся в зависимости от материально-технической базы аудитории используется следующее лицензионное программное обеспечение:

- для обеспечения работы персонального компьютера (ноутбука) операционная система Microsoft Windows XP, 7, 8.1 или Linux на базе ядра версии 3.0 или более позднего (OpenSuse или CalculateLinux);

- для работы с текстовыми документами MicrosoftOfficeWord, LibreOfficeWriter или WPS Writer;
- для демонстрации мультимедийных презентаций: Microsoft Office Power Point, Libre Office Impress или WPS Presentation;

- для работы с электронными таблицами: Microsoft Excel, Libre Office Calc или WPS Spreadsheets;
- для работы с графическими файлами: Adobe Photoshop, Microsoft Paint или GIMP;
- для работы в сети Internet: Internet Microsoft Internet Explorer, Mozilla Firefox или Google Chrome;
- для подготовки материалов для интерактивной доски: ПО Notebook
- для написания программного кода: BorlandDelphi, ABC Pascal или Lazarus

В качестве справочных систем используются:

- Справочно-правовая система “Консультант Плюс”;
- Справочно-правовая система “Гарант” в локальном или сетевом исполнении.

Базы данных:

Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU

#### 4.3. Материально-техническая база:

Перечень материально-технического обеспечения, необходимого для реализации программы, включает в себя:

**Специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации**

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд.№ 38, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	- Рабочее место преподавателя; - 28 учебных мест для обучающихся; - Доска ДА-32(к) – 1 ед.; - Интерактивная панель GECKO TOUCH INTERACTIVE – 1 ед.; - Образовательный интерактивный пол «Floorium Adaptive» - 1 шт.; - Программное обеспечение «Информационный терминал UTSkids 43» - 1 шт.; - Интерактивная песочница iSandBox – 1 шт.; Интерактивный образовательный комплекс «Играй и Развивайся» - 1 шт. «Центр» модель Творческая лаборатория (для детей) – 1 шт.

#### Специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд. № 21, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	- Рабочее место преподавателя; - 20 мест для обучающихся; - Компьютеры: количество – 11 ед., - Доска ДА-32(к) классная – 1 шт.; - Интерактивная панель GECKO TOUCH INTERACTIVE – 1 ед.; - VR HTC Vive – 4 ед.; - Перворобот LEGO Wedo Education – 1 шт. - Базовый набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.; - Расширенный набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.; - Lego Education Spike Essential – 4 шт.; - Lego Education Spike Prime – 4 шт.; - HIWONDER SPIDERBOT – 2 шт.; - Квадрокоптер Ryze Tello – 5 шт.4 - Учебная модульная станция Dobot MOOZ 3DF Plus – 2 шт.

Все указанные специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду вуза (<http://edu.omgpu.ru/>).

#### **Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования**

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
Кабинет № 20 учебного корпуса Филиала ОмГПУ в г.Таре (ул. Школьная, 69) Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования	- Стол письменный – 3 ед.; - Стул – 3 ед.; - Ноутбук HP – 1 ед.; - Персональный компьютер – 1 шт. - Видеокамера Sony HDR-SR10E – 2 ед. - Видеокамера Panasonic HC-V760 – 2 ед.; - Принтер Canon – 1 шт.; - Принтер Epson – 2 шт.

#### **4.3. Образовательные технологии, используемые при изучении дисциплины**

При изучении дисциплины основная роль отводится системно-деятельностному, личностно-ориентированному подходам, технологии повышения мотивационного потенциала к занятиям физической культурой.

#### **4.5. Описание оценочных материалов, используемых при промежуточной аттестации**

Вид промежуточной аттестации	Краткая характеристика КИМ	ФИО ППС, ответственных за разработку КИМ
Экзамен	<p><b>Вопросы к экзамену</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Объект и предмет научного изучения педагогики физической культуры и спорта.</li> <li>2. Специфика целей и задач формирования личности в процессе занятий физической культурой и спортом.</li> <li>3. Связь педагогики физической культуры и спорта с другими науками.</li> <li>4. Концепции профессионально-педагогической компетентности и мастерства специалиста в области физической культуры и спорта.</li> <li>5. Педагогический авторитет и его показатели.</li> <li>6. Педагогическая культура специалиста: двигательная и речевая культура как основные составляющие компоненты.</li> <li>7. Индивидуальный стиль деятельности педагога.</li> <li>8. Причины профессиональной некомпетентности специалиста в сфере физической культуры и спорта (на примере своей специализации).</li> <li>9. Физкультурная направленность личности педагога и ее составляющие.</li> <li>10. Педагогическая позиция специалиста в области физической культуры и спорта.</li> <li>11. Творческая стратегия поведения и деятельности педагога.</li> <li>12. Основные характеристики процесса воспитания в физкультурно-спортивной деятельности.</li> <li>13. Воспитательный потенциал учебно-тренировочного занятия.</li> <li>14. Целеполагание как ведущий компонент педагогической деятельности в физической культуре</li> </ol>	Мерецкая Т.В.

и спорте.

15. Особенности формирования физической культуры личности.
16. Структурные компоненты воспитательного процесса.
17. Факторы, определяющие выбор методов и методических приемов.
18. Диагностика уровня воспитанности спортсменов и требования к планированию воспитательной работы с ними.
19. Физическая культура и спорт как средство педагогической коррекции отклоняющегося поведения детей и молодежи.
20. Особенности самовоспитания в спорте.
21. Педагогическое руководство самовоспитанием в спорте.
22. Особенности самовоспитания в реабилитационных занятиях в инвалидном спорте.
23. Характеристика спортивного коллектива и его основные функции.
24. Значение коллектива для решения учебно-воспитательных задач при занятиях физической культурой и спортом.
25. Проблема социальной и спортивной адаптации в группе.
26. Проблема лидерства в спорте.
27. Социально-психологические феномены детского спортивного коллектива.
28. Стили руководства спортивной группой и их эффективность.
29. Воспитательные возможности спортивных команд в различных видах спорта.
30. Реализация комплексного подхода к формированию личности при занятиях физической культурой и спортом.
31. Особенности гражданского и патриотического воспитания в спорте в современных условиях.
32. Основные направления педагогической работы с различными возрастными и социальными категориями населения.
33. Специфика педагогического взаимодействия с детьми, имеющими ограниченные возможности.
34. Особенности воспитания детей с учетом этнокультурного компонента.
35. Специфика физкультурно-спортивной работы с детьми различного социального уровня.
36. Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность.
37. Характеристика педагогических технологий и инноваций в области физической культуры и спорта.
38. Личностно-ориентированные парадигмы в дидактике спорта.
39. Использование активных методов обучения в физкультурно-спортивной деятельности.
40. Нормативные документы, отражающие содержание физкультурного образования.



МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
филиал Федерального государственного бюджетного образовательного  
учреждения высшего образования  
«Омский государственный педагогический университет» в г. Таре  
(Филиал ОмГПУ в г. Таре)



Утверждаю  
Председатель Учебно-методического совета:  
директор Филиала Л.П. Берестовская  
«15» октября 2024 г., протокол № 3

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### Психология физической культуры

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки

«Физкультурное образование»

Программа составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования от 22.02.2018 №121 и с учётом требований Профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» от 18.10.2013 №544н

Составитель:  
Бажук О.В., к.п.н., доцент,  
заведующий кафедрой педагогики и развития образования

О.В. Бажук

Тара, 2024

## 1.Общая характеристика РПД

Название дисциплины «Психология физической культуры»

Форма обучения: очная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Общая трудоёмкость учебной дисциплины для слушателей: 24 (час.),

в том числе, по видам учебных занятий, из них:

- лекций – 2 ак. час.
- практических занятий – 2 ак. час.

Объём самостоятельной работы обучающихся – 20 ак.ч.

Форма промежуточной аттестации: зачёт

Дисциплина «Психология физической культуры» включена в дополнительную профессиональную программу профессиональной переподготовки (далее ДПП ПП) «Физкультурное образование».

**Цель дисциплины:** показать слушателям важность и содержание психологического аспекта в деятельности преподавателя физического воспитания и тренера, повысить эффективность их педагогической деятельности.

<b>Вид деятельности / обобщённая трудовая функция</b>	<b>Профессиональная компетенция / трудовая функция</b>	<b>Умения / необходимые умения</b>	<b>Знания / необходимые знания</b>
ПД <sub>1</sub> Педагогическая деятельность (ОТФ <sub>3.1</sub> Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования)	ПК 1.1 / ОПК-1, ОПК-2, ОПК-5 Способен к осуществлению разработки и реализации программ учебных дисциплин в образовательных организациях / ТФ <sub>1</sub> Общепедагогическая функция. Обучение	Разрабатывать и проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения	Основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимых для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач
	ПК 1.2 / ОПК 4 Способен к реализации современных форм и методов воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности / ТФ <sub>2</sub> Воспитательная деятельность	Владеть методами убеждения, аргументации своей позиции; диагностировать причины конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения	Современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся

	ПК 1.3 / ОПК-8 Способен к формированию и реализации программ развития универсальных учебных действий, образцов и ценностей социального поведения, толерантности и позитивных образцов поликультурного общения / ТФ <sub>3</sub> Развивающая деятельность	Устанавливать контакты с обучающимися разного возраста и их родителями (законными представителями), другими педагогическими и иными работниками	Закономерности развития детских и подростковых сообществ; - социально-психологические особенности и закономерности развития личности.
--	--	---	--

## 2. Содержание дисциплины

### 2.1. Принципы отбора содержания и организации учебного материала

- соответствия содержания уровню развития современной науки, практики, основным требованиям развивающегося демократического общества
- учёта единства содержательной и процессуальной сторон обучения
- структурной целостности содержания с учетом индивидуальных потребностей слушателей
- достаточности содержания для формирования у слушателя профессиональных компетенций, выполнения трудовых функций, предусмотренных ДПП ПП.

### 2.2. Междисциплинарные связи дисциплины

Дисциплина «Психология физической культуры» связана с такими учебными дисциплинами, как «Педагогика физической культуры» и «Методика обучения основным движениям и воспитание физических качеств».

### 2.3. Тематический план дисциплины

№	Тема (раздел) дисциплины	Всего академических часов	В том числе, по видам занятий		Самостоятельная работа слушателей
			Лекции	Практические занятия	
1	Введение в психологию физического воспитания	4	2		2
2	Психологические основы обучения на уроках физической культуры	8,5		0,5	8
3	Психология спорта и спортивной деятельности	6,5		0,5	6
4	Психология спортивного коллектива	5		1	4
	ИТОГО:	24	2	2	20

### 2.4. Основное содержание тем

#### Тема 1. «Введение в психологию физического воспитания».

Предмет психологии физического воспитания и спорта. Педагогическая направленность психологии физического воспитания. Психология спорта как прикладная отрасль психологического знания. Взаимосвязь психологии физического воспитания и психологии спорта. Задачи психологии физического воспитания и

спорта. Особенности деятельности в физическом воспитании и спорте. Психологическая систематика видов спорта.

### **Тема 2. «Психологические основы обучения на уроках физической культуры».**

Развитие внимания и способы поддержания его устойчивости. Организация эффективного восприятия на уроках физической культуры. Особенности мыслительной деятельности. Особенности проявления памяти. Интерес к физической культуре как фактор, повышающий активность школьников. Факторы, способствующие повышению активности школьников на уроках физической культуры. Дидактические принципы.

### **Тема 3. «Психология спорта и спортивной деятельности».**

Предмет психологии спорта. Развитие психологии спорта в России. Задачи психологии спорта. Психологические особенности спортивной деятельности.

### **Тема 4. «Психология спортивного коллектива».**

Понятие и признаки спортивного коллектива. Структура спортивной команды. Динамические процессы в команде. Совместимость в спортивной деятельности.

## **2.5. Основные понятия (тезаурус)**

*Психология физического воспитания и спорта* — это та область психологической науки, которая изучает закономерности проявления, развития и формирования психики человека в специфических условиях физического воспитания и спорта под влиянием учебной, учебно- тренировочной и соревновательной деятельности.

*Психология спорта* — это наука о человеке в сфере спорта.

*Физическое воспитание* — это педагогический процесс, направленный на всестороннее физическое развитие людей, их специфическую подготовку к выполнению социальных обязанностей в обществе

*Внимание* — это направленность и сосредоточенность сознания на каком-либо предмете, явлении, действии.

*Восприятие* — это отражение в сознании предметов, событий, явлений при их непосредственном воздействии на органы чувств.

*Наблюдение* — это целенаправленное, планомерное восприятие объектов для их познания.

*Мышление* — это процесс познавательной деятельности, отличающийся обобщенным и опосредованным отражением действительности.

*Сила* — это способность человека совершать действия с определенными мышечными напряжениями

*Максимальная сила* — это наивысшая сила, которую способна развить нервно-мышечная система при максимальном произвольном мышечном сокращении.

*Скоростная сила* — это способность нервно-мышечной системы преодолевать сопротивление с высокой скоростью мышечного сокращения.

*Силовая выносливость* — это способность организма сопротивляться утомлению при длительной силовой работе.

*Усталость* — это субъективное переживание признаков утомления.

*Ловкость* — это способность человека быстро овладевать новыми движениями и быстро перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки.

*Гибкость* (подвижность суставов) — это свойство упругой растягиваемой части телесных структур (мышечные и соединительные), определяющее пределы амплитуды движений звеньев тела.

*Реакция* — это осознаваемое ответное действие на определенный сигнал.

## **2.6. Организация самостоятельной работы слушателей**

Самостоятельная работа слушателя организуется в форме самоподготовки к лекционным и практическим занятиям.

№	Тема	Задания для самостоятельной работы	Источники, средства электронной поддержки	Форма контроля
1	Введение в психологию физического воспитания	Вопросы для самоконтроля. Подготовка реферата.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop">http://www.iprbookshop</a>	Собеседование по вопросам. Реферат.
2	Психологические основы	Вопросы для	ЭБС IPRbooks	Собеседование

	обучения на уроках физической культуры	самоконтроля. Подготовка реферата.	<a href="http://www.iprbookshop">http://www.iprbookshop</a>	по вопросам. Реферат.
3	Психология спорта и спортивной деятельности	Вопросы для самоконтроля. Подготовка реферата.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop">http://www.iprbookshop</a>	Собеседование по вопросам. Реферат.
4	Психология спортивного коллектива	Подготовка к выполнению контрольной работы	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop">http://www.iprbookshop</a>	Контрольная работа

### 3. Фонд оценочных средств для аттестации по дисциплине

#### 3.1. КИМ для текущего контроля

##### **Семинар 1. Психологические основы обучения на уроках физической культуры**

**Цель** – расширить и закрепить знания, полученные на теоретических занятиях.

##### **Вопросы для обсуждения**

1. Развитие внимания и способы поддержания его устойчивости.
2. Организация эффективного восприятия на уроках физической культуры.
3. Особенности мыслительной деятельности.
4. Особенности проявления памяти.
5. Интерес к физической культуре как фактор, повышающий активность школьников.
6. Факторы, способствующие повышению активности школьников на уроках физической культуры.
7. Дидактические принципы.

##### **Психология спорта и спортивной деятельности**

**Цель** – расширить и закрепить знания, полученные на теоретических занятиях.

##### **Вопросы для обсуждения**

1. Предмет психологии спорта.
2. Развитие психологии спорта в России.
3. Задачи психологии спорта.
4. Психологические особенности спортивной деятельности.

##### **Психология спортивного коллектива**

**Цель** – расширить и закрепить знания, полученные на теоретических занятиях.

##### **Вопросы для обсуждения**

1. Понятие и признаки спортивного коллектива.
2. Структура спортивной команды.
3. Динамические процессы в команде.
4. Совместимость в спортивной деятельности.

#### 3.2. КИМ для промежуточного контроля

##### **Темы рефератов**

1. Агрессивность в спорте.
2. Личность спортсмена.
3. Групповое взаимодействие в командах.
4. Психологические основы тактических действий в спортивной деятельности.
5. Эффективность идеомоторного метода в управлении психическим стрессом в спорте.
6. Психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям.
7. Оптимальное боевое состояние спортсмена.
8. Методы психодиагностики в спорте.
9. Виды конфликтов и конструктивные пути их решения.
10. Спорт и образ жизни.
11. Психологические особенности детей школьного возраста.
12. Психический стресс.
13. Сплоченность и психологический климат в спортивных командах.

14. Психотехнические игры в спорте.
15. Антиципация в спорте.
16. Идеомоторная подготовка в спорте.
17. Регуляция психического состояния.
18. Спорт в условиях глобальной информатизации.

#### **Контрольные работы**

К.Р.1.

1. Понятие социализации.
2. Основные направления пониманию проблемы влияния спорта на психологические свойства личности. (Б.Кретти, Дойл, Б.Огилви, А.Государев)
3. Классификация спортсменов по стилям спортивной деятельности.
4. Психологическая систематика видов спорта.
5. Психологические требования к спортсменам в различных видах спорта.
6. Завершение спортивной карьеры (причины, статистика, трудности)

К.Р. 2

1. Понятие самооценки.
2. Виды самооценки.
3. Уровень притязаний.
4. Характеристика видов уровней притязаний.
5. Связь самооценки и уровня притязаний в спорте.
6. Понятие самоуважения

#### **Вопросы для самоконтроля**

1. Назовите психологические особенности, которые определяют быстроту как физическое качество.
2. Дайте психологическую характеристику такому физическому качеству, как ловкость.
3. Какие психологические особенности двигательных навыков вы знаете?
4. Что определяет стадию формирования двигательных навыков в спорте?
5. Определите закономерности формирования двигательных навыков.
6. Какова роль двигательных ощущений в выполнении двигательных действий?
7. Какие общие признаки, характеризующие специализированные восприятия, вам известны?
8. Что образует основу психических механизмов идеомоторной тренировки?
9. Дайте характеристику простых и сложных реакций.
10. Каково значение знаний о конкретных проявлениях психического перенапряжения для оптимизации тренировочного процесса?
11. Охарактеризуйте стадии психического перенапряжения в спорте.
12. К каким признакам относится прочная стеничность?
13. Проанализируйте предсоревновательные состояния спортсменов.
14. Какое из предсоревновательных состояний спортсмена является самым благоприятным для достижения высокого спортивного результата в соревновании?
15. Чем определяется значимость соревнований? Назовите особенности абсолютной и относительной значимости соревнований.
16. Каковы механизмы влияния экстремальных ситуаций соревновательного характера на результативность в спортивной деятельности?
17. Классифицируйте экстремальные ситуации соревновательного характера.
18. К какой группе экстремальных ситуаций соревновательного характера следует отнести ситуацию, когда спортсмен не может справиться с охватившим его состоянием «стартовой лихорадки»?

### **3.3. Организация промежуточной аттестации по дисциплине**

Формой промежуточной аттестации по дисциплине «Психология физической культуры» является зачёт.

### **3.4. Критерии оценивания**

Шкала оценивания	Критерии оценки
	Зачёт
«Зачтено»	В процессе изучения дисциплины студент в полном объёме освоил виды учебной деятельности, предусмотренные программой
«Не зачтено»	В процессе изучения дисциплины студент не в полном объёме освоил виды

#### 4. Организационно-педагогические условия реализации РПД

##### 4.1. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Подготовку к семинарскому занятию следует начинать с изучения лекционных материалов и рекомендованной литературы по теме.

При подборе материалов для выступления необходимо ориентироваться на различные источники информации, отражающие проблематику семинара. Отобранные студентами материалы должны быть логически выстроены, ранжированы по степени значимости и по возможности промаркированы. Предварительная работа студентов может быть направлена на создание презентаций, схем, кластеров и других графических моделей, способствующих визуализации, структурированию и обобщению учебного материала.

Результатом самостоятельной работы по подготовке к семинарскому занятию должна стать готовность студентов к публичному выступлению и анализу содержания предложенных текстов.

В обсуждении содержания семинара участникам необходимо ориентироваться на выступления оценочного характера, возможность раскрытия и обоснования различных точек зрения на проблематику занятия, а также коллективный характер поиска ответов на поставленные вопросы.

Критерии оценки:

- содержательность материалов выступления;
- структурированность текстов;
- осознанность и адекватность понимания текстов;
- терминологическая корректность выступления;
- аргументированность суждений, выводов;
- наличие подготовленной визуальной информации;
- активность участия в дискуссии

Самостоятельная работа студентов организуется на основе выполнения заданий по материалам лекций и подготовки к семинарским занятиям в микрогруппах:

##### **Инструкция по работе на семинаре (устный ответ)**

Семинарские занятия – неотъемлемая составляющая практической работы студентов в вузе. Она нужна для развития таких навыков, как рассуждение, доказательство точки зрения и ведение диалога.

Во время семинара каждый должен принимать активное участие.

При оценке устных ответов студентов по дисциплине учитываются следующие критерии:

- ✓ Знание основных процессов изучаемой предметной области, глубина и полнота раскрытия вопроса.
- ✓ Владение терминологическим аппаратом и использование его при ответе.
- ✓ Умение объяснить сущность явлений, событий, процессов, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы.
- ✓ Владение монологической речью, логичность и последовательность ответа, умение отвечать на поставленные вопросы, выражать свое мнение по обсуждаемой проблеме.

Приступая к подготовке семинарского занятия необходимо проанализировать изучаемую тему, выделить цели и основные проблемы, которые выносятся на обсуждение. Следующим шагом должно стать изучение лекционного материала, данного преподавателем. Однако, несмотря на подробное изложение материала на лекции, не всегда можно детально рассмотреть все вопросы, касающиеся данной темы. Именно поэтому студенту необходимо изучить рекомендованную литературу по теме.

В процессе работы на семинаре необходимо четко и ясно излагать свои мысли и слушать выступления других участников, а при несогласии с чьим-то мнением не бояться критиковать, но подтверждать свои высказывания аргументами.

Текущий контроль осуществляется в виде индивидуальных устных опросов на семинарском занятии. Устный ответ должен быть изложен студентом объемно и точно. При оценивании ответа студента преподаватель использует несколько основных критериев: самостоятельный ответ (без чтения конспекта); оперирование при ответе ссылками на различные теоретические и фундаментальные исследования, относящимися к теме; понимание студентом всех используемых при ответе категорий и понятий; ответы на дополнительные вопросы преподавателя или других студентов. Допускается разумная опора на конспект или таблицу, сделанные студентом во время самостоятельной работы.

##### **Инструкция по подготовке к собеседованию**



Собеседование проводится после изучения всех тем дисциплины. Собеседование – средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу.

#### Критерии оценки при собеседовании

Цель собеседования: оценка	Критерии оценки результатов
усвоения знаний	глубина, прочность, систематичность знаний
умений применять знания	адекватность применяемых знаний ситуации; рациональность используемых подходов
сформированности профессионально значимых личностных качеств	степень проявления необходимых качеств
сформированности системы ценностей/отношений	степень значимости определенных ценностей; проявленное отношение к определенным объектам, ситуациям
коммуникативных умений	умение поддерживать и активизировать беседу; корректное поведение и др.

При подготовке к собеседованию необходимо самостоятельно систематизировать и концептуализировать учебный материал. Во время собеседования студенты должны показать знания основных понятий и теорий изучаемого курса, умение последовательно и грамотно излагать учебный материал.

#### Инструкция по подготовке к контрольной работе

Контрольная работа – письменное задание, выполняемое в течение заданного времени. Как правило, контрольная работа предполагает наличие определенных ответов.

##### *Критерии оценки* выполнения контрольной работы

Критерии оценки:

- соответствие предполагаемым ответам;
- правильное использование алгоритма выполнения действий (методики, технологии и т.д.);
- логика рассуждений;
- неординарность подхода к решению.

Студенты должны показать знания основных понятий и теорий изучаемого курса, умение последовательно и грамотно излагать учебный материал.

#### Инструкция по подготовке реферата

*Реферат* представляет собой итог самостоятельного изучения одной (монографический реферат) или нескольких (обзорный реферат) научных работ и должен отражать их основное содержание. При написании реферата студент должен отразить главное в научном тексте, видеть проблемы, которым посвящена работа, а также пути и способы их решения.

Реферат должен иметь четкую структуру:

4. Введение (важность, актуальность проблемы).
5. Основная часть (содержание работы, книги).
6. Заключение (выводы, обобщения).

Реферат отражает обзор изученной литературы в сопоставлении, сравнении, определении аспектов работы. Реферат оценивается преподавателем с учетом требований, предъявляемых к рефератам:

4. Объем реферата не менее 15 страниц в текстовом редакторе Microsoft Word.
5. Формат полосы набора: размер бумаги А4; поля: верхнее и нижнее – 2см, левое – 3 см, правое – 1,5 см; переплет – 0 см; абзац (отступ) – 1, 25 см; текст печатается через 1,5 межстрочный интервал, выравнивание по ширине; Шрифт - Times New Roman Суг 14.
6. Порядок расположения:

1-й лист: Титульный (название университета; кафедры; дисциплины, по которой выполняется реферат; название реферата; фамилия и инициалы студента, выполнившего реферат; фамилия и инициалы преподавателя, проверившего реферат; год выполнения реферата).

2-й лист: Оглавление (план реферата, введение, основная часть, заключение. Введение и заключение не нумеруются).

3-й и последующие листы: Содержание реферата;



Последний лист: Библиографический список использованной литературы (оформляется в соответствии с требованиями: по алфавитному порядку, с указанием автора книги, названия книги, год издательства, количество страниц).

#### **4.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение курса**

##### **а) основная литература:**

1. Психология физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: Практикум / сост.: И. А. Попова, Ю. В. Хайбуллин; ред. И.А. Попова, Ю.В. Хайбуллин - Комсомольск-на-Амуре, Саратов: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, Ай Пи Ар Медиа, 2019. - 91с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/86453.html>

2. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: Учебник / Яковлев Б. П.; ред. Б.П. Яковлев, Г.Д. Бабушкин - Москва: Издательство «Спорт», 2016. - 624с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55586.html>

3. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: Учебник / ред.: Б. П. Яковлев, Г. Д. Бабушкин; ред. Б.П. Яковлев, Г.Д. Бабушкин; Б. П. Яковлев [и др.]. - Москва: Издательство «Спорт», 2016. - 624 с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55586.html>

##### **б) дополнительная литература:**

1. Психология спорта: к изучению дисциплины / Е. П. Ильин - СПб.: Питер, 2011. - 352.: рис. Мастера психологии

2. Психология спорта высших достижений [Электронный ресурс]: Учебное пособие для магистрантов / Бабушкин Г. Д. - Саратов: Вузовское образование, 2020. - 358с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/94211.html>

3. Психология спорта [Электронный ресурс]: Учебно-методическое пособие / сост. С. Ю. Махов; ред. С.Ю. Махов - Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2019. - 170с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/95422.html>

4. Психология спорта [Электронный ресурс]: Монография / Веракса А. Н.; ред. В.А. Садовничий, Ю.П. Зинченко - Москва: Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, 2011. - 424с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/27376.html>

##### **в) перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и ЭБС.**

1. ЭБС IPRbooks- <http://www.iprbookshop.ru/>

2. Российская государственная библиотека - <http://www.rsl.ru/>

**г) информационные технологии**, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

При проведении учебных занятий и самостоятельной подготовке обучающихся в зависимости от материально-технической базы аудитории используется следующее лицензионное программное обеспечение:

- для обеспечения работы персонального компьютера (ноутбука) операционная система Microsoft Windows XP, 7, 8.1 или Linux на базе ядра версии 3.0 или более позднего (OpenSuse или CalculateLinux);

- для работы с текстовыми документами Microsoft Office Word, LibreOffice Writer или WPS Writer;
- для демонстрации мультимедийных презентаций: Microsoft Office Power Point, Libre Office Impress или WPS Presentation;

- для работы с электронными таблицами: Microsoft Excel, Libre Office Calc или WPS Spreadsheets;

- для работы с графическими файлами: Adobe Photoshop, Microsoft Paint или GIMP;

- для работы в сети Internet: Internet Microsoft Internet Explorer, Mozilla Firefox или Google Chrome;

- для подготовки материалов для интерактивной доски: ПО Notebook

- для написания программного кода: Borland Delphi, ABC Pascal или Lazarus

В качестве справочных систем используются:

- Справочно-правовая система “Консультант Плюс”,

- Справочно-правовая система “Гарант” в локальном или сетевом исполнении.

Базы данных:

Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU

#### **4.3. Материально-техническая база:**

Перечень материально-технического обеспечения, необходимого для реализации программы, включает в себя:

**Специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации**

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд.№ 38, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	- Рабочее место преподавателя; - 28 учебных мест для обучающихся; - Доска ДА-32(к) – 1 ед.; - Интерактивная панель GECKOTOUCH INTERACTIVE – 1 ед.; - Образовательный интерактивный пол «Floorium Adaptive» - 1 шт.; - Программное обеспечение «Информационный терминал UTSkids 43”» - 1 шт.; - Интерактивная песочница iSandBox – 1 шт.; Интерактивный образовательный комплекс «Играй и Развивайся» - 1 шт. «Центр» модель Творческая лаборатория (для детей) – 1 шт.

**Специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся**

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд. № 21, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	- Рабочее место преподавателя; - 20 мест для обучающихся; - Компьютеры: количество – 11 ед., - Доска ДА-32(к) классная – 1 шт.; - Интерактивная панель GECKOTOUCH INTERACTIVE – 1 ед.; - VR HTC Vive – 4 ед.; - Перворобот LEGO Wedo Education – 1 шт. - Базовый набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.; - Расширенный набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.; - Lego Education Spike Essential – 4 шт.; - Lego Education Spike Prime – 4 шт.; - HIWONDER SPIDERBOT – 2 шт.; - Квадрокоптер Ryze Tello – 5 шт.4 - Учебная модульная станция Dobot MOOZ 3DF Plus – 2 шт.

Все указанные специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду вуза (<http://edu.omgpu.ru/>).

**Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования**

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
Кабинет № 20 учебного корпуса Филиала ОмГПУ в г.Таре (ул. Школьная, 69) Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования	- Стол письменный – 3 ед.; - Стул – 3 ед.; - Ноутбук HP – 1 ед.; - Персональный компьютер – 1 шт. - Видеокамера Sony HDR-SR10E – 2 ед. - Видеокамера Panasonic HC-V760 – 2 ед.

	- Принтер Canon – 1 шт.: - Принтер Epson – 2 шт.
--	---

#### 4.4. Образовательные технологии, используемые при изучении дисциплины

При изучении дисциплины основная роль отводится системно-деятельностному, личностно-ориентированному подходам, технологии повышения мотивационного потенциала к занятиям физической культурой.

#### 4.5. Описание оценочных материалов, используемых при промежуточной аттестации

Вид промежуточной аттестации	Краткая характеристика КИМ	ФИО ППС, ответственных за разработку КИМ
Зачёт	<p style="text-align: center;"><b>Вопросы к зачету</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Предмет психологии спорта в системе наук.</li> <li>2. Психологическая теория деятельности и ее значение для физической культуры и спорта.</li> <li>3. Структура спортивной деятельности, психологическая характеристика спорта как вида деятельности.</li> <li>4. Психологические основы формирования двигательного навыка.</li> <li>5. Психологическая структура двигательного действия.</li> <li>6. Психологические особенности двигательных навыков.</li> <li>7. Психологическая характеристика физических качеств.</li> <li>8. Психологическая характеристика деятельности тренера (учителя физкультуры, специалиста по реабилитации и т.д.).</li> <li>9. Психологическая характеристика и общие требования к деятельности и личности учителя физической культуры.</li> <li>10. Структура деятельности учителя физической культуры.</li> <li>11. Объективные и субъективные трудности учителя физической культуры.</li> <li>12. Эмоциональные процессы и их регуляция на уроках физкультуры.</li> <li>13. Психологические особенности тренировочного процесса.</li> <li>14. Общая психологическая подготовка спортсмена.</li> </ol>	Бажук О.В.

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
филиал Федерального государственного бюджетного образовательного  
учреждения высшего образования  
«Омский государственный педагогический университет» в г. Таре  
(Филиал ОмГПУ в г. Таре)



Утверждаю

Председатель Учебно-методического совета:  
директор Филиала Л.П. Берестовская  
«15» октября 2024 г., протокол № 3

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### Анатомия и возрастная физиология

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки

«Физкультурное образование»

Программа составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования от 22.02.2018 №121 и с учётом требований Профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» от 18.10.2013 №544н

Составитель:  
Максюта В.С., к.б.н., доцент кафедры психологии и специального (дефектологического) образования

Тара, 2024

## 1. Общая характеристика РПД

Название дисциплины «Анатомия и возрастная физиология»

Форма обучения: очная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Общая трудоёмкость учебной дисциплины для слушателей: 60 (час.),

в том числе, по видам учебных занятий, из них:

- лекций – 6 ак. час.
- практических занятий – 8 ак. час.

Объём самостоятельной работы обучающихся – 46 ак.ч.

Форма промежуточной аттестации: экзамен

Дисциплина «Анатомия и возрастная физиология» включена в дополнительную профессиональную программу профессиональной переподготовки (далее ДПП ПП) «Физкультурное образование».

**Цель дисциплины:** формирование системы естественнонаучных представлений о человеке, становление профессиональной компетентности слушателей в области физкультурного образования.

Вид деятельности / обобщённая трудовая функция	Профессиональная компетенция / трудовая функция	Умения / необходимые умения	Знания / необходимые знания
ПД <sub>1</sub> Педагогическая деятельность (ОТФ <sub>3.1</sub> Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования)	ПК 1.1 / ОПК-1, ОПК-2, ОПК-5 Способен к осуществлению разработки и реализацию программ учебных дисциплин в образовательных организациях / ТФ <sub>1</sub> Общепедагогическая функция. Обучение	Разрабатывать и проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области возрастной физиологии и школьной гигиены	Основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимых для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач
	ПК 1.2 / ОПК 4 Способен к реализации современных форм и методов воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности / ТФ <sub>2</sub> Воспитательная деятельность	Проводить диагностику уровня физического и психофизиологического развития ребёнка и его готовности к обучению; Оптимально использовать способы охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе	Современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся
	ПК 1.3 / ОПК-8 Способен к формированию и реализации программ развития универсальных учебных действий, образцов и ценностей социального поведения,	Владеть современными технологиями в области обеспечения безопасности обучающихся в различных сферах деятельности	Психофизиологические и индивидуально-типологические особенности и их возможные изменения в различные периоды индивидуального развития человека.

	толерантности и позитивных образцов поликультурного общения / ТФ <sub>3</sub> Развивающая деятельность		
--	--	--	--

## 2. Содержание дисциплины

### 2.1. Принципы отбора содержания и организации учебного материала

- соответствия содержания уровню развития современной науки, практики, основным требованиям развивающегося демократического общества
- учёта единства содержательной и процессуальной сторон обучения
- структурной целостности содержания с учетом индивидуальных потребностей слушателей
- достаточности содержания для формирования у слушателя профессиональных компетенций, выполнения трудовых функций, предусмотренных ДПП ПП.

### 2.2. Междисциплинарные связи дисциплины

Дисциплина «Анатомия и возрастная физиология» связана с такими учебными дисциплинами, как «Психология физической культуры», «Методика обучения основным движениям и воспитание физических качеств», «Методика физкультурно-оздоровительной работы в образовательных организациях разного типа», «Спортивная медицина».

### 2.3. Тематический план дисциплины

№	Тема (раздел) дисциплины	Всего академических часов	В том числе, по видам занятий		Самостоятельная работа слушателей
			Лекции	Практические занятия	
1	Общие вопросы возрастной анатомии, физиологии и гигиены Регуляторные системы организма.	16	2	2	12
2	Моторные функции. Сенсорные функции.	20	2	2	16
3	Висцеральные функции. Психофизиология.	24	2	4	18
	<b>ИТОГО:</b>	<b>60</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>46</b>

### 2.4. Основное содержание тем

**Тема 1. «Общие вопросы возрастной анатомии, физиологии и гигиены. Регуляторные системы организма».**

Предмет и методы анатомии и возрастной физиологии. Онтогенез. Закономерности роста и развития организма человека. Комплексная диагностика уровня функционального развития ребенка. Понятие о нейрогуморальной регуляции функций организма. Анатомия и физиология нервной системы. Координационная деятельность нервной системы. Анатомия и физиология эндокринной системы.

**Тема 2. «Моторные функции. Сенсорные функции».**

Опорно-двигательный аппарат, строение костей, их соединения, химический состав. Рост и развитие костей. Строение отдельных частей скелета, их возрастные особенности. Профилактика деформаций скелета у детей. Осанка, ее типы, роль воспитателя, учителя в выработке правильной осанки у детей. Строение и функции мышечной системы, ее возрастные особенности. Гиподинамия, ее воздействие на организм



человека. Строение и функции зрительного анализатора. Аккомодация глаза. Роль палочек и колбочек. Нарушения рефракции глаза (близорукость, дальнозоркость). Профилактика близорукости у школьников. Возрастные особенности зрительной сенсорной системы. Строение органа слуха, механизм возникновения слуховых ощущений, возрастные особенности слуховой сенсорной системы.

### Тема 3. «Висцеральные функции. Психофизиология».

Обмен веществ и энергии. Внутренняя среда организма. Кровь. Кровообращение. Дыхание. Пищеварение. Психофизиологические аспекты поведения ребенка. Коммуникативное поведение. Индивидуально-типологические особенности ребенка. Психофизиология познавательных процессов.

#### 2.5. Основные понятия (тезаурус)

**Анатомия.** От греч. приставки “ana” – раз и “temnein” – резать, рассекать. Наука, изучающая строение тела у живых организмов

**Вена.** От лат. “vena”, “venae” (англ. vein). Кровеносный сосуд, несущий кровь к сердцу. Вены несут бедную кислородом кровь (венозную). Исключение – лёгочные и пупочные вены.

**Воспаление.** Комплекс реакций организма на инфекцию или повреждение тканей. Характеризуется повышенной проницаемостью кровеносных сосудов, отёчностью и скоплением в месте инфекции или месте повреждения фагоцитов, лейкоцитов и “клеток воспаления”.

**Гематома.** От греч. “haima” – кровь и “oma” – вздутие. Полость, заполненная вытекшей и свернувшейся кровью. Локализованная масса экстравазированной свернувшейся крови (возникает в результате кровоизлияния). Синоним – опухоль кровяная. Различают гематомы (или геморрагии): интрамуральную (внутристеночную), субдуральную, эпидуральную (экстрадуральную).

**Гигиена.** От греч. “hygieinos” – “приносящая здоровье”. Наука (раздел медицины), изучающая условия жизни и труда, влияющие на здоровье и жизнедеятельность человека. В бытовом смысле под гигиеной подразумевают поддержание чистоты тела и жилища.

**Желчь.** Секрет, вырабатываемый клетками печени и накапливающийся вне периодов пищеварения в желчном пузыре (греч. “cholē kystis”). В состав желчи входят желчные (холевые) кислоты (гликохолевая, гликохолеиновая) и соли желчных кислот, желчные пигменты (билирубин, биливердин), лецитин, холестерин, жиры, мыла, муцин и неорганические соли. Желчь имеет слабо щелочную реакцию. Желчные кислоты обеспечивают растворимость холестерина в желчи и эмульгацию липидов (жиров). Синоним – греч. “cholē” (откуда образованы слова: холестерин, холевые кислоты, холецистит, меланхолия, холерик).

**Желудок.** Мешковидный слизисто-мышечный орган, выполняющий функцию пищеварения и пищевого депо. Вырабатывает желудочный сок. Различают четыре отдела желудка: кардиальный (cardia) – самый верхний, в который входит пищевод, дно (fundus), тело (corpus) и привратник (pylorus). В привратнике выделяют область, называемую пещерой привратника (“antrum”) (см. статью Антральный). Синонимы – греч. “gaster” (гастроном, гастроскоп), “stomache”, лат. “stomachus” – пищеварительный канал, желудок.

**Иммунная система.** От лат. “immunio” – защищаю (“immunus” – свободный, освобождённый, нетронутый). Защитная система организма, отвечающая на внедрение в организм чужеродных антигенов (клеток, белков, биологических частиц) образованием специфических защитных белков, локализованных на поверхности или внутри иммунокомпетентных клеток (специфический клеточный иммунитет) или растворённых в плазме (антител) (специфический гуморальный иммунитет).

**Капилляры.** От лат. “capillaris” – волосной < “capillus” – волосы. Очень тонкие кровеносные сосуды, соединяющие артериальную систему с венозной.

**Лимфатическая система.** Дополнительная система оттока жидкости от тканей, во многом дублирующая функции вен (осуществляет дренаж тканевой жидкости).

**Мышцы.** Органы тела животных и человека, состоящие из мышечной ткани.

**Трахея.** От греч. “tracheia”\* – дыхательное горло. Часть дыхательных путей, расположенная между гортанью и главными бронхами. В стенке трахеи располагаются хрящевые полукольца, соединённые связками.

#### 2.6. Организация самостоятельной работы слушателей

Самостоятельная работа слушателя организуется в форме самоподготовки к лекционным и практическим занятиям.

№	Тема	Задания для самостоятельной работы	Источники, средства электронной поддержки	Форма контроля
1	Общие вопросы возрастной анатомии, физиологии и гигиены	Вопросы для самоконтроля. Выполнение	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop">http://www.iprbookshop</a>	Собеседование по вопросам. Практические

	Регуляторные системы организма.	практических заданий. Подготовка к контрольной работе.		задания. Контрольная работа.
2	Моторные функции. Сенсорные функции.	Вопросы для самоконтроля. Выполнение практических заданий. Подготовка к контрольной работе.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop">http://www.iprbookshop</a>	Собеседование по вопросам. Практические задания. Контрольная работа.
3	Висцеральные функции. Психофизиология.	Вопросы для самоконтроля. Выполнение практических заданий. Подготовка к контрольной работе.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop">http://www.iprbookshop</a>	Собеседование по вопросам. Практические задания. Контрольная работа.

### 3. Фонд оценочных средств для аттестации по дисциплине

#### 3.1. КИМ для текущего контроля

##### Семинар № 1 Общие вопросы возрастной анатомии, физиологии и гигиены.

##### Регуляторные системы организма.

**Цель:** введение в курс дисциплины, изучить возрастные особенности гормональной регуляции функций организма

##### Вопросы для самостоятельной подготовки

1. Предмет и задачи курса «Анатомия и возрастная физиология», значение изучаемого курса для будущего учителя.
2. Периоды развития организма человека. Основные закономерности роста и развития детского организма. Готовность ребенка к обучению, школьная зрелость.
3. Влияние наследственности и среды на рост и развитие детского организма.
4. Механизмы регуляции функций организма.
5. Местоположение, гормоны и функциональное значение желез внутренней секреции (гипофиза, щитовидной, вилочковой, поджелудочной половых желез, надпочечников) для растущего организма. Понятие о гипо- гиперфункции.
6. Особенности эндокринной системы в период полового созревания подростка.

##### Задания

1. Составить схему, по которой можно сделать оценку физического развития человека
2. Описать методики воспроизведения некоторых спинномозговых рефлексов человека.

##### Вопросы для обсуждения

1. Предмет и задачи курса «Анатомия и возрастная физиология», история развития, значение изучаемого курса для учителя.
2. Периоды развития организма человека.
3. Основные закономерности роста и развития детского организма.
4. Готовность ребенка к обучению, школьная зрелость.
5. Влияние наследственности и среды на рост и развитие детского организма.
6. Критические периоды в пренатальном и постнатальном развитии.
7. Эндокринный аппарат.
8. Гормоны функции, механизмы действия
9. Классификация гормонов гипофиза их действие и значение.
10. Гормоны щитовидной железы и их действие
11. Надпочечники, гормоны.
12. Эндокринная часть половых желез



### 13. Другие эндокринные железы и их значение

#### **Семинар № 2. Моторные функции. Сенсорные функции**

**Цель:** рассмотреть возрастные особенности опорно-двигательного аппарата, изучить сенсорные функции организма и научиться определять поле зрения человека и обнаруживать слепое пятно

##### **Вопросы для самостоятельной подготовки**

1. Опорно-двигательный аппарат, строение костей, их соединения, химический состав. Рост и развитие костей. Строение отдельных частей скелета, их возрастные особенности. Профилактика деформаций скелета у детей.
2. Осанка, ее типы, роль воспитателя, учителя в выработке правильной осанки у детей.
3. Строение и функции мышечной системы, ее возрастные особенности. Гиподинамия, ее воздействие на организм человека
4. Строение и функции зрительного анализатора. Аккомодация глаза. Роль палочек и колбочек.
5. Нарушения рефракции глаза (близорукость, дальнозоркость). Профилактика близорукости у школьников.
6. Возрастные особенности зрительной сенсорной системы.
7. Строение органа слуха, механизм возникновения слуховых ощущений, возрастные особенности слуховой сенсорной системы.

##### **Задания**

Подготовить план размещения школьной мебели и рассаживание учащихся в классе согласно санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам

Изучить и законспектировать методики для:

1. определение остроты зрения у человека;
2. определение поля зрения у человека;
3. исследование рефлекторных реакций зрачка у человека;
4. обнаружение слепого пятна и определение его диаметра.

##### **Вопросы для обсуждения**

1. Значение и строение опорно-двигательного аппарата.
2. Химический состав и строение костей, их соединения. Рост и развитие костей.
3. Возрастные особенности строения скелета головы, туловища, конечностей.
4. Основные группы мышц, их функциональное значение, возрастные изменения функциональных показателей мышц.
5. Влияние физической культуры и спорта на развитие двигательных навыков и формирование правильной осанки у детей.
6. Гиподинамия, ее отрицательное влияние на деятельность различных систем организма детей и подростков.
7. Типы деформации скелета, их профилактика. Осанка, виды нарушений, меры профилактики. Плоскостопие.
8. Строение и функции зрительного анализатора. Аккомодация глаза. Роль палочек и колбочек.
9. Нарушения рефракции глаза (близорукость, дальнозоркость). Профилактика близорукости у школьников. Возрастные особенности зрительной сенсорной системы.
10. Строение органа слуха, механизм возникновения слуховых ощущений, возрастные особенности слуховой сенсорной системы.
11. Морфо-функциональные особенности сенсорных систем у детей на разных возрастных этапах развития.
12. Негативное влияние сенсорной депривации на развитие центральной нервной системы, двигательной активности, психических функций детского организма.
13. Профилактика нарушений слуха и зрения.

#### **Семинар №3. Висцеральные функции**

**Цель:** рассмотреть висцеральные функции организма и научиться измерять величину артериального давления у человека (по методу Н.С. Короткова), подсчет пульса у человека.

##### **Вопросы для самостоятельной подготовки**

1. Обмен веществ и энергии.
2. Внутренняя среда организма. Кровь.
3. Кровообращение.
4. Дыхание.

5. Пищеварение.
6. Выделение.
7. Кожа.

#### **Задания**

1. Изучить по таблицам и муляжам строения сердца человека, его возрастных особенностей.
2. Измерение величины артериального давления у человека (по методу Н.С. Короткова), подсчет пульса у человека.
3. Определение вегетативного индекса Кердо.
4. Оценка функционального резерва дыхательной и сердечно-сосудистой систем.
5. Определение стрессоустойчивости сердечно-сосудистой системы на эмоциональный стресс.
6. Определение реакции сердечно-сосудистой системы на наклоны туловища.
7. Спирометрия. Определение легочных объемов.

#### **Вопросы для обсуждения**

1. Строение и функции зрительного анализатора. Аккомодация глаза. Роль палочек и колбочек.
2. Нарушения рефракции глаза (близорукость, дальнозоркость). Профилактика близорукости у школьников.
3. Возрастные особенности зрительной сенсорной системы.
4. Строение органа слуха, механизм возникновения слуховых ощущений, возрастные особенности слуховой сенсорной системы.
5. Функции крови. Состав крови, клетки крови, их строение, функции, возрастные особенности.
6. Иммуные свойства крови, виды иммунитета. Формирование иммунной системы у детей.
7. Строение сердечно-сосудистой системы, круги кровообращения, особенности кровообращения у плода. Строение сердца, его возрастные особенности.
8. Цикл работы сердца, его возрастные особенности. Свойства сердечной мышцы: возбудимость, сократимость, автоматия. Систолический и минутный объемы крови у взрослых и детей.
9. Движение крови по сосудам. Скорость кровотока. Кровяное давление. Пульс. Возрастные особенности кровяного давления и времени кругооборота крови. Нервная и гуморальная регуляция деятельности сердечно-сосудистой системы, ее особенности у детей и подростков. Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний у детей и подростков.
10. Значение дыхания, этапы дыхания. Строение органов дыхания, их возрастные особенности.
11. Внешнее дыхание, механизм вдоха и выдоха. Особенности частоты и глубины и типа дыхания новорожденных и детей разного возраста. Перенос газов кровью. Первый вдох новорожденного. Регуляция дыхания.
12. Возрастные особенности строения и функционирования органов пищеварения.
13. Возрастные особенности обмена веществ и энергии, терморегуляции.
14. Витамины, их значение.
15. Значение органов выделения, строение почки, механизм мочеобразования, мочевыведения. Возрастные особенности строения и функционирования почек.
16. Кожа, строение и функции, возрастные особенности, уход за кожей.

#### **Семинар №4. Психофизиология**

**Цель:** изучить возрастные особенности высшей нервной деятельности

#### **Вопросы для самостоятельной подготовки**

1. Природа электрических явлений в возбудимых тканях (нервная, мышечная, секреторная): потенциал покоя, потенциал действия, механизм раздражения.
2. Нейрон, его строение, функции отдельных частей. Нейроглия, ее значение. Возрастные особенности в строении нейрона, соотношение нейронов и глиальных клеток.

#### **Задания**

1. Организация учебной работы.
2. Гигиеническая оценка расписания уроков

#### **Вопросы для обсуждения**

1. Строение и функции нервных волокон, проведения возбуждения по миелиновым и безмиелиновым нервным волокнам, закономерности проведения возбуждения, возрастные особенности миелинизации.
2. Синапсы, их классификация, строение, механизм проведения возбуждения в возбуждающих и тормозных синапсах. Свойства синапсов. Особенности функционирования синапсов у детей.

3. Рефлекс, его определение, классификация. Рефлекторная дуга, ее компоненты. Рефлекторное кольцо.
4. Нервные центры, их свойства.
5. Торможение. Значение торможения.
6. Принципы координационной деятельности ЦНС. Учение А.А. Ухтомского о доминанте, роль доминанты в педагогической деятельности.
7. Условные и безусловные рефлексы, их отличия. Инстинкты. Механизмы образования условных рефлексов. Возрастные изменения скорости образования и устойчивости условных рефлексов. Торможение условных рефлексов, его виды.
8. Динамический стереотип, особенности его образования у детей. Мотивации и поведенческие реакции организма. Функциональная система организма, ее роль в организации поведенческих актов (П.К. Анохин).
9. Особенности высшей нервной деятельности человека. Первая и вторая сигнальные системы, их взаимоотношения. Роль лобных долей в осуществлении психических функций. Нейрофизиологические и морфологические основы речи.
10. Типы высшей нервной деятельности человека. Типологические особенности ВНД у детей и подростков.
11. Память, ее виды: мгновенная, кратковременная, долговременная. Механизмы памяти.

### 3.2. КИМ для промежуточного контроля

#### Контрольная работа

#### Вариант №1 (А, Б, В)

1. Адаптация – приспособление организма к условиям среды. Ее значение, механизмы.
2. Строение и функции нейрона. Виды нейронов.
3. Строение и функции зрительного анализатора. Гигиена зрения.
4. Рефлексы, их характеристика. Выписать классификацию рефлексов по биологическому значению, по происхождению, по положению рецепторов, по характеру ответных реакций, по задействованным отделам ЦНС. Привести примеры поведенческих актов, основывающихся на перечисленных рефлексах.

#### Вариант №2 (Г, Д, Е)

1. Виды соединения костей. Кость как орган.
2. Рефлекс. Рефлекторная дуга. Виды рефлекторных дуг.
3. Строение и функции слухового анализатора. Гигиена слуха.
4. Нарисовать схему поверхности больших полушарий и обозначить на ней разными цветами сенсорные, моторные и ассоциативные зоны. Заполнить таблицу «Локализация функций в коре больших полушарий».

Таблица «Локализация функций в коре больших полушарий».

Название доли	Функция	Локализация функции (указать борозды, извилины или поле по Бродману)
Затылочная		
Височная		
Теменная		
Лобная		

#### Вариант №3 (Ж, З, И)

1. Строение и функции спинного мозга.
2. Пищеварительные железы.
3. Физиологические механизмы памяти. Виды памяти, ее значение.
4. Физиологические механизмы пищеварения. Заполните таблицу:

Отдел пищеварительной системы	Ферменты	Субстрат действия ферментов	Механизм регуляции пищеварения в отделе	Возрастные особенности

#### Вариант №4 (К, Л, М)

1. Механизм регуляции физиологических функций.
2. Строение и функции ствола мозга и мозжечка.

3. Строение и функции вестибулярного анализатора.

4. Составьте суточный рацион ребенка 7 лет, учитывая, что потребность в белках составляет 3 грамма на кг веса, а пропорции белков, жиров и углеводов составляет 1:1:3,7. Результаты запишите в тетрадь.

#### **Вариант №5 (Н, О, П)**

1. Анатомия дыхательной системы.

2. Промежуточный мозг, строение, функции.

3. Строение и функции обонятельного и вкусового анализаторов.

4. Составьте суточный рацион ребенка 8 лет, учитывая, что потребность в белках составляет 3 грамма на кг веса, а пропорции белков, жиров и углеводов составляет 1:1:3,7. Результаты запишите в тетрадь.

#### **Вариант №6 (Р, С, Т)**

1. Понятие о возбудимых тканях. Виды раздражителей. Законы возбуждения.

2. Условия, необходимые для выработки условных рефлексов.

3. Типы ВНД

4. Электрические явления в коре больших полушарий. Выписать основные ритмы электроэнцефалограммы, их информационное значение. Схематично зарисовать все ритмы ЭЭГ. Привести описание ЭЭГ у детей разного возраста.

#### **Вариант №7 (У, Ф, Х)**

1. Строение синапса. Механизм передачи в синапсах.

2. Строение нефрона.

3. I и II сигнальная системы. Слово - как понятие.

4. Законспектируйте возрастные особенности нервной системы ребенка в возрасте от 1 до 3 лет.

#### **Вариант №8 (Ц, Ч, Ш)**

1. Строение конечного мозга.

2. Виды сосудов.

3. Круги кровообращения.

4. Законспектируйте возрастные особенности нервной системы ребенка в возрасте от 3 до 7 лет

#### **Вариант №9 (Э, Ю, Я)**

1. Локализация функций в коре больших полушарий.

2. Сердце как орган.

3. Отличие условных и безусловных рефлексов.

4. Законспектируйте возрастные особенности нервной системы ребенка в возрасте от 7 до 10 лет.

### **3.3. Организация промежуточной аттестации по дисциплине**

Формой промежуточной аттестации по дисциплине «Анатомия и возрастная физиология» является экзамен.

### **3.4. Критерии оценивания**

Шкала оценивания	Критерии оценки
Экзамен	
«Отлично»	Все теоретические вопросы в билете раскрыты полностью, практическое задание выполнено
«Хорошо»	Теоретические вопросы в билете в основном раскрыты полностью, практическое задание выполнено на хорошем уровне
«Удовлетворительно»	Теоретические вопросы в билете раскрыты частично, практическое задание выполнено с незначительными ошибками
«Неудовлетворительно»	Теоретические вопросы в билете раскрыты частично, отмечается слабое владение понятийным аппаратом, допущены грубые ошибки в решении практического задания

## 4. Организационно-педагогические условия реализации РПД

### 4.1. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Подготовку к семинарскому занятию следует начинать с изучения лекционных материалов и рекомендованной литературы по теме.

При подборе материалов для выступления необходимо ориентироваться на различные источники информации, отражающие проблематику семинара. Отобранные студентами материалы должны быть логически выстроены, ранжированы по степени значимости и по возможности промаркированы. Предварительная работа студентов может быть направлена на создание презентаций, схем, кластеров и других графических моделей, способствующих визуализации, структурированию и обобщению учебного материала.

Результатом самостоятельной работы по подготовке к семинарскому занятию должна стать готовность студентов к публичному выступлению и анализу содержания предложенных текстов.

В обсуждении содержания семинара участникам необходимо ориентироваться на выступления оценочного характера, возможность раскрытия и обоснования различных точек зрения на проблематику занятия, а также коллективный характер поиска ответов на поставленные вопросы.

Критерии оценки:

- содержательность материалов выступления;
- структурированность текстов;
- осознанность и адекватность понимания текстов;
- терминологическая корректность выступления;
- аргументированность суждений, выводов;
- наличие подготовленной визуальной информации;
- активность участия в дискуссии

Самостоятельная работа студентов организуется на основе выполнения заданий по материалам лекций и подготовки к семинарским занятиям в микрогруппах:

#### **Инструкция по работе на семинаре (устный ответ)**

Семинарские занятия – неотъемлемая составляющая практической работы студентов в вузе. Она нужна для развития таких навыков, как рассуждение, доказательство точки зрения и ведение диалога.

Во время семинара каждый должен принимать активное участие.

При оценке устных ответов студентов по дисциплине учитываются следующие критерии:

- 5) Знание основных процессов изучаемой предметной области, глубина и полнота раскрытия вопроса.
- 6) Владение терминологическим аппаратом и использование его при ответе.
- 7) Умение объяснить сущность явлений, событий, процессов, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы.
- 8) Владение монологической речью, логичность и последовательность ответа, умение отвечать на поставленные вопросы, выражать свое мнение по обсуждаемой проблеме.

Приступая к подготовке семинарского занятия необходимо проанализировать изучаемую тему, выделить цели и основные проблемы, которые выносятся на обсуждение. Следующим шагом должно стать изучение лекционного материала, данного преподавателем. Однако, несмотря на подробное изложение материала на лекции, не всегда можно детально рассмотреть все вопросы, касающиеся данной темы. Именно поэтому студенту необходимо изучить рекомендованную литературу по теме.

В процессе работы на семинаре необходимо четко и ясно излагать свои мысли и слушать выступления других участников, а при несогласии с чьим-то мнением не бояться критиковать, но подтверждать свои высказывания аргументами.

Текущий контроль осуществляется в виде индивидуальных устных опросов на семинарском занятии. Устный ответ должен быть изложен студентом объемно и точно. При оценивании ответа студента преподаватель использует несколько основных критериев: самостоятельный ответ (без чтения конспекта); оперирование при ответе ссылками на различные теоретические и фундаментальные исследования, относящимися к теме; понимание студентом всех используемых при ответе категорий и понятий; ответы на дополнительные вопросы преподавателя или других студентов. Допускается разумная опора на конспект или таблицу, сделанные студентом во время самостоятельной работы.

#### **Инструкция по подготовке к собеседованию**

Собеседование проводится после изучения всех тем дисциплины. Собеседование – средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу.

### Критерии оценки при собеседовании

Цель собеседования: оценка	Критерии оценки результатов
усвоения знаний	глубина, прочность, систематичность знаний
умений применять знания	адекватность применяемых знаний ситуации; рациональность используемых подходов
сформированности профессионально значимых личностных качеств	степень проявления необходимых качеств
сформированности системы ценностей/отношений	степень значимости определенных ценностей; проявленное отношение к определенным объектам, ситуациям
коммуникативных умений	умение поддерживать и активизировать беседу; корректное поведение и др.

При подготовке к собеседованию необходимо самостоятельно систематизировать и концептуализировать учебный материал. Во время собеседования студенты должны показать знания основных понятий и теорий изучаемого курса, умение последовательно и грамотно излагать учебный материал.

### Инструкция по подготовке к контрольной работе

Контрольная работа – письменное задание, выполняемое в течение заданного времени. Как правило, контрольная работа предполагает наличие определенных ответов.

#### *Критерии оценки* выполнения контрольной работы

Критерии оценки:

- соответствие предполагаемым ответам;
- правильное использование алгоритма выполнения действий (методики, технологии и т.д.);
- логика рассуждений;
- неординарность подхода к решению.

Студенты должны показать знания основных понятий и теорий изучаемого курса, умение последовательно и грамотно излагать учебный материал.

## 4.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение курса

### а) основная литература:

1. Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена : учебное пособие / Н. Ф. Лысова, Р. И. Айзман, Я. Л. Завьялова, В. М. Ширшова. — Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2017. — 398 с. — ISBN 978-5-379-02027-9. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/65272.html> (дата обращения: 20.02.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Тулякова, О. В. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Исследование и оценка физического развития детей и подростков : учебное пособие / О. В. Тулякова. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2020. — 140 с. — ISBN 978-5-4497-0493-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/93803.html> (дата обращения: 20.02.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/93803>

### б) дополнительная литература:

1. Удальцов Е.А. Основы анатомии и физиологии человека [Электронный ресурс] : практикум / Е.А. Удальцов. — Электрон. текстовые данные. — Новосибирск: Сибирский государственный университет телекоммуникаций и информатики, 2014. — 144 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55488.html>

2. Анатомия [Электронный ресурс] : об основных органах и системах человеческого организма за 30 секунд / Барбаро-Браун Джудит [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М. : РИПОЛ классик, 2014. — 160 с. — 978-5-386-07008-3. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55384.html>

### в) перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и ЭБС.

3. ЭБС IPRbooks- <http://www.iprbookshop.ru/>
4. Российская государственная библиотека - <http://www.rsl.ru/>

**г) информационные технологии**, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

При проведении учебных занятий и самостоятельной подготовке обучающихся в зависимости от материально-технической базы аудитории используется следующее лицензионное программное обеспечение:

- для обеспечения работы персонального компьютера (ноутбука) операционная система Microsoft Windows XP, 7, 8.1 или Linux на базе ядра версии 3.0 или более позднего (OpenSuse или CalculateLinux);
- для работы с текстовыми документами Microsoft Office Word, LibreOffice Writer или WPS Writer;
- для демонстрации мультимедийных презентаций: Microsoft Office Power Point, Libre Office Impress или WPS Presentation;
- для работы с электронными таблицами: Microsoft Excel, Libre Office Calc или WPS Spreadsheets;
- для работы с графическими файлами: Adobe Photoshop, Microsoft Paint или GIMP;
- для работы в сети Internet: Microsoft Internet Explorer, Mozilla Firefox или Google Chrome;
- для подготовки материалов для интерактивной доски: ПО Notebook
- для написания программного кода: Borland Delphi, ABC Pascal или Lazarus
- В качестве справочных систем используются:
- Справочно-правовая система “Консультант Плюс”,
- Справочно-правовая система “Гарант” в локальном или сетевом исполнении.
- Базы данных:
- Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU

#### 4.3. Материально-техническая база:

Перечень материально-технического обеспечения, необходимого для реализации программы, включает в себя:

**Специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации**

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд.№ 38, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	- Рабочее место преподавателя; - 28 учебных мест для обучающихся; - Доска ДА-32(к) – 1 ед.; - Интерактивная панель GECKO TOUCH INTERACTIVE – 1 ед.; - Образовательный интерактивный пол «Floorium Adaptive» - 1 шт.; - Программное обеспечение «Информационный терминал UTSkids 43”» - 1 шт.; - Интерактивная песочница iSandBox – 1 шт.; Интерактивный образовательный комплекс «Играй и Развивайся» - 1 шт. «Центр» модель Творческая лаборатория (для детей) – 1 шт.

#### Специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд. № 21, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и	- Рабочее место преподавателя; - 20 мест для обучающихся; - Компьютеры: количество – 11 ед., - Доска ДА-32(к) классная – 1 шт.; - Интерактивная панель GECKO TOUCH INTERACTIVE – 1 ед.; - VR HTC Vive – 4 ед.;

промежуточной аттестации	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Перворобот LEGO Wedo Education – 1 шт.</li> <li>- Базовый набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.;</li> <li>- Расширенный набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.;</li> <li>- Lego Education Spike Essential – 4 шт.;</li> <li>- Lego Education Spike Prime – 4 шт.;</li> <li>- HIWONDER SPIDERBOT – 2 шт.;</li> <li>- Квадрокоптер Ryze Tello – 5 шт.4</li> <li>- Учебная модульная станция Dobot MOOZ 3DF Plus – 2 шт.</li> </ul>
--------------------------	--

Все указанные специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду вуза (<http://edu.omgpu.ru/>).

**Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования**

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
Кабинет № 20 учебного корпуса Филиала ОмГПУ в г.Таре (ул. Школьная, 69) Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Стол письменный – 3 ед.;</li> <li>- Стул – 3 ед.;</li> <li>- Ноутбук HP – 1 ед.;</li> <li>- Персональный компьютер – 1 шт.</li> <li>- Видеокамера Sony HDR-SR10E – 2 ед.</li> <li>- Видеокамера Panasonic HC-V760 – 2 ед.;</li> <li>- Принтер Canon – 1 шт.;</li> <li>- Принтер Epson – 2 шт.</li> </ul>

**4.4.Образовательные технологии, используемые при изучении дисциплины**

При изучении дисциплины основная роль отводится системно-деятельностному, личностно-ориентированному подходам, здоровьесберегающим технологиям

**4.5. Описание оценочных материалов, используемых при промежуточной аттестации**

Вид промежуточной аттестации	Краткая характеристика КИМ	ФИО ППС, ответственных за разработку КИМ
Экзамен	<p style="text-align: center;"><b>Вопросы к экзамену</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Предмет и задачи курса «Анатомия и возрастная физиология», история развития, значение изучаемого курса для учителя.</li> <li>2. Периоды развития организма человека. Основные закономерности роста и развития детского организма. Готовность ребенка к обучению, школьная зрелость.</li> <li>3. Влияние наследственности и среды на рост и развитие детского организма. Критические периоды в пренатальном и постнатальном развитии.</li> <li>4. Механизмы регуляции функций организма.</li> <li>5. Строение и функции зрительного анализатора. Аккомодация глаза. Роль палочек и колбочек.</li> <li>6. Нарушения рефракции глаза (близорукость, дальнозоркость). Профилактика близорукости у школьников.</li> <li>7. Возрастные особенности зрительной сенсорной системы.</li> <li>8. Строение органа слуха, механизм возникновения</li> </ol>	Максюта В.С.



	<p>слуховых ощущений, возрастные особенности слуховой сенсорной системы.</p> <p>9. Опорно-двигательный аппарат, строение костей, их соединения, химический состав. Рост и развитие костей. Строение отдельных частей скелета, их возрастные особенности. Профилактика деформаций скелета у детей.</p> <p>10. Осанка, ее типы, роль воспитателя, учителя в выработке правильной осанки у детей.</p> <p>11. Строение и функции мышечной системы, ее возрастные особенности. Гиподинамия, ее воздействие на организм человека</p> <p>12. Функции крови. Состав крови, клетки крови, их строение, функции, возрастные особенности.</p> <p>13. Иммуные свойства крови, виды иммунитета. Формирование иммунной системы у детей.</p> <p>14. Строение сердечно-сосудистой системы, круги кровообращения, особенности кровообращения у плода. Строение сердца, его возрастные особенности.</p> <p>15. Цикл работы сердца, его возрастные особенности. Свойства сердечной мышцы: возбудимость, сократимость, автоматия. Систолический и минутный объемы крови у взрослых и детей.</p> <p>16. Движение крови по сосудам. Скорость кровотока. Кровяное давление. Пульс. Возрастные особенности кровяного давления и времени кругооборота крови. Нервная и гуморальная регуляция деятельности сердечно-сосудистой системы, ее особенности у детей и подростков. Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний у детей и подростков.</p> <p>17. Значение дыхания, этапы дыхания. Строение органов дыхания, их возрастные особенности.</p> <p>18. Внешнее дыхание, механизм вдоха и выдоха. Особенности частоты и глубины и типа дыхания новорожденных и детей разного возраста. Перенос газов кровью. Первый вдох новорожденного. Регуляция дыхания.</p> <p>19. Возрастные особенности строения и функционирования органов пищеварения.</p> <p>20. Возрастные особенности обмена веществ и энергии, терморегуляции.</p> <p>21. Витамины, их значение.</p> <p>22. Местоположение, гормоны и функциональное значение желез внутренней секреции (гипофиза, щитовидной, вилочковой, поджелудочной половых желез, надпочечников) для растущего организма. Понятие о гипо- гиперфункции.</p> <p>23. Особенности эндокринной системы в период полового созревания подростка.</p> <p>24. Значение органов выделения, строение почки, механизм мочеобразования, мочевыведения. Возрастные особенности строения и функционирования почек.</p> <p>25. Кожа, строение и функции, возрастные</p>	
--	--	--

	<p>особенности, уход за кожей.</p> <p>26. Природа электрических явлений в возбудимых тканях (нервная, мышечная, секреторная): потенциал покоя, потенциал действия, механизм раздражения.</p> <p>27. Нейрон, его строение, функции отдельных частей. Нейроглия, ее значение. Возрастные особенности в строении нейрона, соотношение нейронов и глиальных клеток.</p> <p>28. Строение и функции нервных волокон, проведения возбуждения по миелиновым и безмиелиновым нервным волокнам, закономерности проведения возбуждения, возрастные особенности миелинизации.</p> <p>29. Синапсы, их классификация, строение, механизм проведения возбуждения в возбуждающих и тормозных синапсах. Свойства синапсов. Особенности функционирования синапсов у детей.</p> <p>30. Рефлекс, его определение, классификация. Рефлекторная дуга, ее компоненты. Рефлекторное кольцо.</p> <p>31. Нервные центры, их свойства.</p> <p>32. Торможение. Значение торможения.</p> <p>33. Принципы координационной деятельности ЦНС. Учение А.А. Ухтомского о доминанте, роль доминанты в педагогической деятельности.</p> <p>34. Условные и безусловные рефлексы, их отличия. Инстинкты. Механизмы образования условных рефлексов. Возрастные изменения скорости образования и устойчивости условных рефлексов. Торможение условных рефлексов, его виды.</p> <p>35. Динамический стереотип, особенности его образования у детей. Мотивации и поведенческие реакции организма. Функциональная система организма, ее роль в организации поведенческих актов (П.К. Анохин).</p> <p>36. Особенности высшей нервной деятельности человека. Первая и вторая сигнальные системы, их взаимоотношения. Роль лобных долей в осуществлении психических функций. Нейрофизиологические и морфологические основы речи.</p> <p>37. Типы высшей нервной деятельности человека. Типологические особенности ВНД у детей и подростков.</p> <p>38. Память, ее виды: мгновенная, кратковременная, долговременная. Механизмы памяти.</p>	
--	--	--

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
филиал Федерального государственного бюджетного образовательного  
учреждения высшего образования  
«Омский государственный педагогический университет» в г. Таре  
(Филиал ОмГПУ в г. Таре)



Утверждаю  
Председатель Учебно-методического совета:  
директор Филиала Л.П. Берестовская  
«15» октября 2024 г., протокол № 3

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### Биохимия

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки  
«Физкультурное образование»

Программа составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования от 22.02.2018 №121 и с учётом требований Профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» от 18.10.2013 №544н

Составитель:  
Максюта В.С., к.б.н., доцент кафедры психологии и специального (дефектологического) образования

Тара, 2024

## 1. Общая характеристика РПД

Название дисциплины «Биохимия»

Форма обучения: очная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Общая трудоёмкость учебной дисциплины для слушателей: 32 (час.),

в том числе, по видам учебных занятий, из них:

- лекций – 2 ак. час.
- практических занятий – 4 ак. час.

Объём самостоятельной работы обучающихся – 26 ак.ч.

Форма промежуточной аттестации: зачёт

Дисциплина «Биохимия» включена в дополнительную профессиональную программу профессиональной переподготовки (далее ДПП ПП) «Физкультурное образование».

**Цель дисциплины:** формирование системы знаний об особенностях биохимических превращений в организме при мышечной деятельности, биохимических закономерностей спортивной тренировки, биохимических особенностях растущего организма, биохимических основах питания спортсменов.

Вид деятельности / обобщённая трудовая функция	Профессиональная компетенция / трудовая функция	Умения / необходимые умения	Знания / необходимые знания
ПД <sub>1</sub> Педагогическая деятельность (ОТФ <sub>3.1</sub> Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования)	ПК 1.1 / ОПК-1, ОПК-2, ОПК-5 Способен к осуществлению разработки и реализации программ учебных дисциплин в образовательных организациях / ТФ <sub>1</sub> Общепедагогическая функция. Обучение	Разрабатывать и проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области возрастной физиологии и школьной гигиены	Основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимых для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач. Основные биохимические понятия; обмена основных питательных веществ; влияние клеточного метаболизма на физиологические механизмы психических и соматических процессов и состояний.
	ПК 1.2 / ОПК 4 Способен к реализации современных форм и методов воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности / ТФ <sub>2</sub> Воспитательная деятельность	Владеть методиками изучения биохимического состояния организма; методами оценки биохимических показателей человека	Современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся. Механизмы образования и расхода энергии при различных видах

			нагрузок.
	ПК 1.3 / ОПК-8 Способен к формированию и реализации программ развития универсальных учебных действий, образцов и ценностей социального поведения, толерантности и позитивных образцов поликультурного общения / ТФ <sub>3</sub> Развивающая деятельность	Владеть современными технологиями в области обеспечения безопасности обучающихся в различных сферах деятельности	Психофизиологические и индивидуально-типологические особенности и их возможные изменения в различные периоды индивидуального развития человека.

## 2. Содержание дисциплины

### 2.1. Принципы отбора содержания и организации учебного материала

- соответствия содержания уровню развития современной науки, практики, основным требованиям развивающегося демократического общества
- учёта единства содержательной и процессуальной сторон обучения
- структурной целостности содержания с учетом индивидуальных потребностей слушателей
- достаточности содержания для формирования у слушателя профессиональных компетенций, выполнения трудовых функций, предусмотренных ДПП ПП.

### 2.2. Междисциплинарные связи дисциплины

Дисциплина «Биохимия» связана с такими учебными дисциплинами, как «Анатомия и возрастная физиология», «Методика обучения основным движениям и воспитание физических качеств», «Методика физкультурно-оздоровительной работы в образовательных организациях разного типа», «Спортивная медицина».

### 2.3. Тематический план дисциплины

№	Тема (раздел) дисциплины	Всего академических часов	В том числе, по видам занятий		Самостоятельная работа слушателей
			Лекции	Практические занятия	
1	Предмет и задачи биохимии, основные достижения, перспективы.	8,5	0,5		8
2	Химия углеводов, липидов, нуклеиновых кислот, многообразие, принципы классификации, строение, физические и химические свойства, функции в организме.	13	1	2	10
3	Обмен веществ.	10,5	0,5	2	8
	ИТОГО:	32	2	4	26

## 2.4. Основное содержание тем

### Тема 1. «Предмет и задачи биохимии, основные достижения, перспективы».

Химия белков, строение, функции. Понятие о химическом катализе, классификация, строение и функции ферментов. Витамины их роль в жизнедеятельности человека.

### Тема 2. «Химия углеводов, липидов, нуклеиновых кислот, многообразие, принципы классификации, строение, физические и химические свойства, функции в организме».

Понятие об обмене веществ, особенности обмена углеводов. Особенности обмена липидов, белков, нуклеиновых кислот, минерального и водного обмена, их взаимосвязь. Биоэнергетика и основные принципы регуляции обмена.

### Тема 3. «Обмен веществ».

Общее понятие об обмене веществ в организме. Пути распада нуклеиновых кислот. Механизм распада нуклеиновых кислот. Значение белкового обмена. Биосинтез белков. Центральная роль глюкозы в углеводном обмене. Возможные пути превращения глюкозо-6-фосфата в тканях. Анаэробные превращения гликогена и глюкозы, их регуляция и энергетический выход. Особенности обмена углеводов в мышцах и печени. Аэробный обмен углеводов. Эффект Пастера. Обмен жиров (триглицеридов). Гидролиз жиров. Распад глицерина и высших жирных кислот. Обмен ацетил-КоА. Синтез высших жирных кислот и триглицеридов.

## 2.5. Основные понятия (тезаурус)

**Агрекан** – основной структурный элемент хрящевого матрикса, состоящий из сотен протеогликановых мономеров, нековалентно присоединённых к одной молекуле глюкокуроновой кислоты

**Адипоциты** – клетки жировой ткани.

**Активный центр** – участок молекулы фермента, на котором происходит реакция.

**Белок** — биополимер, состоящий из α, L- аминокислот.

**Билирубин** — продукт восстановления биливердина, пигмент красного цвета.

**Водородная связь** — форма ассоциации между электроотрицательным атомом и атомом водорода Н, связанным ковалентно с другим электроотрицательным атомом. В качестве электроотрицательных атомов могут выступать N, O или S.

**Гормоны** – сигнальные молекулы, которые вырабатываются в железах или специализированных клетках внутренней секреции, выделяются в кровь, достигают клеток-мишеней и связываются с мембранными, цитоплазматическими или ядерными рецепторами.

**Генетический код** – способ записи наследственной информации в молекулах иРНК в виде кодонов - триплетов мононуклеотидов.

**Желчные кислоты** – производные холановой кислоты, выполняющие роль эмульгаторов.

**Желтуха** – желтушное окрашивание кожи и слизистых оболочек, обусловленное накоплением в тканях и крови билирубина.

**Инсулин** — гормон пептидной природы, образуется в α-клетках островков Лангерганса поджелудочной железы. Регулирует обмен веществ. Основное действие инсулина заключается в утилизации глюкозы.

**Фруктоза** – моносахарид, гексоза, кетоза; входит в состав сахарозы, в свободном виде содержится в мёде

**Крахмал** – смесь резервных полисахаридов растений; состоит из амилозы (30%) и амилопектина (70%), мономером которых является α-глюкоза.

**Иммуноглобулины** – Ig, глобулярные белки, продуцируются В-лимфоцитами и обладают свойствами антител, т.е. способностью соединяться с антигенами, стимулирующими их образование.

**Коллаген** – фибриллярный белок, составляющий основу соединительной ткани организма (сухожилие, кость, хрящ, дерма и т. п.) и обеспечивающий ее прочность и эластичность. Это основной компонент соединительной ткани и самый распространенный белок млекопитающих, составляющий от 25% до 35% от суммы всех белков.

**Пептидная связь** — вид амидной связи, возникающей при образовании белков и пептидов в результате взаимодействия α-аминогруппы ( $-\text{NH}_2$ ) одной аминокислоты с α-карбоксильной группой ( $-\text{COOH}$ ) другой аминокислоты.

**Ингибиторы** - вещества, тормозящие химические реакции путём снижения активности ферментов.

## 2.6. Организация самостоятельной работы слушателей

Самостоятельная работа слушателя организуется в форме самоподготовки к лекционным и практическим занятиям.

№	Тема	Задания для самостоятельной работы	Источники, средства электронной поддержки	Форма контроля
1	Предмет и задачи биохимии, основные достижения, перспективы.	Вопросы для самоконтроля. Подготовка к контрольной работе.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop">http://www.iprbookshop</a>	Собеседование по вопросам. Контрольная работа.
2	Химия углеводов, липидов, нуклеиновых кислот, многообразие, принципы классификации, строение, физические и химические свойства, функции в организме.	Вопросы для самоконтроля. Подготовка к контрольной работе.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop">http://www.iprbookshop</a>	Собеседование по вопросам. Контрольная работа.
3	Обмен веществ.	Вопросы для самоконтроля. Подготовка к контрольной работе.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop">http://www.iprbookshop</a>	Собеседование по вопросам. Контрольная работа.

## 3. Фонд оценочных средств для аттестации по дисциплине

### 3.1. КИМ для текущего контроля

Семинарское занятие 1. Тема: Химия белков, строение, функции.

Понятие о химическом катализе, классификация, строение и функции ферментов.

Цель: изучить строение и свойства белков и ферментов

Задания

1. Выполнить контрольную работу

Контрольные вопросы

1. Выделение и очистка белков.
2. Пептиды.
3. Структура белковой молекулы.
4. Свойства белков.
5. Номенклатура и классификация белков.
6. Строение ферментов и механизм действия.
7. Характеристика гидролаз, трансфераз, оксидоредуктаз, лиаз, лигаз и изомераз.

**Химия липидов, нуклеиновых кислот, углеводов, многообразие, принципы классификации, строение, физические и химические свойства, функции в организме. Химия нуклеиновых кислот, многообразие, принципы классификации, строение, физические и химические свойства, функции в организме**

Цель: изучить строение, свойства и функции липидов, нуклеиновых кислот, углеводов в организме.

Контрольные вопросы

1. Общая характеристика и классификация липидов.
2. Простые липиды:
  - Жиры
  - Воски
  - Стериды
3. Сложные липиды:
  - Фосфолипиды
  - Гликолипиды
4. Количественное содержание и локализация нуклеиновых кислот в организме.
5. Строение нуклеиновых кислот.
6. Свойства нуклеиновых кислот.

7. Строение нуклеопротеидов.
8. Функции нуклеиновых кислот.
9. Общая характеристика углеводов.
10. Простые углеводы.
11. Олигосахариды.

### **Семинарское занятие 2. Понятие об обмене веществ, особенности обмена нуклеиновых кислот, белков, углеводов, липидов.**

Цель: изучить особенности обмена веществ

Контрольные вопросы

1. Общее понятие об обмене веществ в организме.
2. Пути распада нуклеиновых кислот. Механизм распада нуклеиновых кислот.
3. Значение белкового обмена.
4. Биосинтез белков.
5. Центральная роль глюкозы в углеводном обмене. Возможные пути превращения глюкозо-6-фосфата в тканях.
6. Анаэробные превращения гликогена и глюкозы, их регуляция и энергетический выход.
7. Особенности обмена углеводов в мышцах и печени. Аэробный обмен углеводов. Эффект Пастера.
8. Обмен жиров (триглицеридов)
  - a. Гидролиз жиров
  - b. Распад глицерина и высших жирных кислот
  - c. Обмен ацетил-КоА
  - d. Синтез высших жирных кислот и триглицеридов

### **3.2. КИМ для промежуточного контроля**

#### **Контрольная работа №1.**

##### **Вариант №1 (А, Б, В)**

1. Выделение и очистка белков. Пептиды. Структура белковой молекулы.
2. Общая характеристика углеводов.
3. Общее понятие об обмене веществ в организме.

##### **Вариант 2 (Г, Д, Е)**

1. Свойства белков. Номенклатура и классификация белков.
2. Простые углеводы.
3. Механизм синтеза полинуклеотидов.

##### **Вариант 3 (Ж, З, И)**

2. Строение ферментов и механизм действия.
3. Олигосахариды.
4. Пути распада нуклеиновых кислот. Механизм распада нуклеиновых кислот.

##### **Вариант 4 (К, Л, М)**

1. Характеристика гидролаз, трансфераз, оксидоредуктаз, лиаз, лигаз и изомераз.
2. Полисахариды.
3. Распад пуриновых и пиримидиновых оснований.

##### **Вариант 5 (Н, О, П)**

1. Общая характеристика и классификация липидов.
2. Углеводы: содержание, понятие, группы. Моносахариды, дисахариды, полисахариды.
3. Свойства белков. Номенклатура и классификация белков.

##### **Вариант 6 (Р, С, Т)**

1. Простые липиды: жиры, воски, стериды
2. Явление стереоизомерии углеводов. Понятие стереоизомеры, L - и D - изомеры.
3. Механизм биосинтеза нуклеозидфосфатов.

##### **Вариант 7 (У, Ф, Х)**

1. Сложные липиды: фосфолипиды, гликолипиды
2. Аминокислоты, их классификация, диссоциация аминокислот, амфильность аминокислот.
3. Механизм синтеза полинуклеотидов.



## Контрольная работа №2

### Вариант №1 (А, Б, В)

1. Значение белкового обмена.
2. Окислительное декарбоксилирование пировиноградной кислоты.
3. Гидролиз жиров
4. Химические элементы, молекулы, ионы, входящие в состав живых организмов, 4 типа биоорганических молекул, свойства в организме.

### Вариант 2 (Г, Д, Е)

1. Распад белков и аминокислот.
2. Цикл трикарбоновых кислот Кребса и его связь с биологическим окислением.
3. Распад глицерина и высших жирных кислот
4. Обмен веществ между организмом и окружающей средой как основное условие жизни. Ассимиляция (анаболизм) и диссимиляция (катаболизм). Пластический и функциональный обмен.

### Вариант 3 (Ж, З, И)

1. Новообразование аминокислот.
2. Регуляция аэробного окисления глюкозы и энергетический выход. Пентозофосфатный путь окисления глюкозы в разных тканях.
3. Обмен ацетил-КоА
4. Содержание воды в организме. Водно-солевой обмен. Роль минеральных веществ в организме.

### Вариант 4 (К, Л, М)

1. Биосинтез белков.
2. Нарушения обмена углеводов. Сахарный диабет. Биологическая роль субстратных циклов.
3. Синтез высших жирных кислот и триглицеридов
4. Регуляция обмена веществ в организме. Гормоны. Общие представления о строении гормонов. Механизм гормональной регуляции обмена веществ.

### Вариант 5 (Н, О, П)

1. Центральная роль глюкозы в углеводном обмене. Возможные пути превращения глюкозо-6-фосфата в тканях.
2. Гормональная регуляция распада и синтеза гликогена. Глюконеогенез.
3. Обмен стероидов
4. Энергетика мышечной деятельности. Пути ресинтеза АТФ при мышечной работе. Понятие о мощности, емкости, эффективности процессов ресинтеза АТФ.

### Вариант 6 (Р, С, Т, У, Ф, Х)

1. Анаэробные превращения гликогена и глюкозы, их регуляция и энергетический выход.
2. Болезни накопления гликогена. Особенности углеводного обмена в эритроцитах. 3.
3. Обмен фосфатидов
4. Ресинтез АТФ в креатинфосфокиназной реакции и ее роль в энергетическом обеспечении мышечной деятельности.

### Вариант 7(Ц, Ч, Ш, Э, Ю, Я)

1. Особенности обмена углеводов в мышцах и печени. Аэробный обмен углеводов. Эффект Пастера.
2. Обмен жиров (триглицеридов)
3. Участие минеральных веществ в ферментативном катализе.
4. Молочная кислота, особенности ее химического строения и влияния на обмен веществ при мышечной работе. Пути устранения молочной кислоты.

### 3.3. Организация промежуточной аттестации по дисциплине

Формой промежуточной аттестации по дисциплине «Биохимия» является зачёт.

### 3.4.Критерии оценивания

Шкала оценивания	Критерии оценки
	Зачёт
«Зачтено»	В процессе изучения дисциплины студент в полном объёме освоил

	виды учебной деятельности, предусмотренные программой
«Не зачтено»	В процессе изучения дисциплины студент не в полном объеме освоил виды учебной деятельности, предусмотренные программой

#### 4. Организационно-педагогические условия реализации РПД

##### 4.1. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Подготовку к семинарскому занятию следует начинать с изучения лекционных материалов и рекомендованной литературы по теме.

При подборе материалов для выступления необходимо ориентироваться на различные источники информации, отражающие проблематику семинара. Отобранные студентами материалы должны быть логически выстроены, ранжированы по степени значимости и по возможности промаркированы. Предварительная работа студентов может быть направлена на создание презентаций, схем, кластеров и других графических моделей, способствующих визуализации, структурированию и обобщению учебного материала.

Результатом самостоятельной работы по подготовке к семинарскому занятию должна стать готовность студентов к публичному выступлению и анализу содержания предложенных текстов.

В обсуждении содержания семинара участникам необходимо ориентироваться на выступления оценочного характера, возможность раскрытия и обоснования различных точек зрения на проблематику занятия, а также коллективный характер поиска ответов на поставленные вопросы.

Критерии оценки:

- содержательность материалов выступления;
- структурированность текстов;
- осознанность и адекватность понимания текстов;
- терминологическая корректность выступления;
- аргументированность суждений, выводов;
- наличие подготовленной визуальной информации;
- активность участия в дискуссии

Самостоятельная работа студентов организуется на основе выполнения заданий по материалам лекций и подготовки к семинарским занятиям в микрогруппах:

##### **Инструкция по работе на семинаре (устный ответ)**

Семинарские занятия – неотъемлемая составляющая практической работы студентов в вузе. Она нужна для развития таких навыков, как рассуждение, доказательство точки зрения и ведение диалога.

Во время семинара каждый должен принимать активное участие.

При оценке устных ответов студентов по дисциплине учитываются следующие критерии:

9) Знание основных процессов изучаемой предметной области, глубина и полнота раскрытия вопроса.

10) Владение терминологическим аппаратом и использование его при ответе.

11) Умение объяснить сущность явлений, событий, процессов, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы.

12) Владение монологической речью, логичность и последовательность ответа, умение отвечать на поставленные вопросы, выражать свое мнение по обсуждаемой проблеме.

Приступая к подготовке семинарского занятия необходимо проанализировать изучаемую тему, выделить цели и основные проблемы, которые выносятся на обсуждение. Следующим шагом должно стать изучение лекционного материала, данного преподавателем. Однако, несмотря на подробное изложение материала на лекции, не всегда можно детально рассмотреть все вопросы, касающиеся данной темы. Именно поэтому студенту необходимо изучить рекомендованную литературу по теме.

В процессе работы на семинаре необходимо четко и ясно излагать свои мысли и слушать выступления других участников, а при несогласии с чьим-то мнением не бояться критиковать, но подтверждать свои высказывания аргументами.

Текущий контроль осуществляется в виде индивидуальных устных опросов на семинарском занятии. Устный ответ должен быть изложен студентом объемно и точно. При оценивании ответа студента преподаватель использует несколько основных критериев: самостоятельный ответ (без

чтения конспекта); оперирование при ответе ссылками на различные теоретические и фундаментальные исследования, относящимися к теме; понимание студентом всех используемых при ответе категорий и понятий; ответы на дополнительные вопросы преподавателя или других студентов. Допускается разумная опора на конспект или таблицу, сделанные студентом во время самостоятельной работы.

### **Инструкция по подготовке к собеседованию**

Собеседование проводится после изучения всех тем дисциплины. Собеседование – средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу.

#### **Критерии оценки при собеседовании**

Цель собеседования: оценка	Критерии оценки результатов
усвоения знаний	глубина, прочность, систематичность знаний
умений применять знания	адекватность применяемых знаний ситуации; рациональность используемых подходов
сформированности профессионально значимых личностных качеств	степень проявления необходимых качеств
сформированности системы ценностей/отношений	степень значимости определенных ценностей; проявленное отношение к определенным объектам, ситуациям
коммуникативных умений	умение поддерживать и активизировать беседу; корректное поведение и др.

При подготовке к собеседованию необходимо самостоятельно систематизировать и концептуализировать учебный материал. Во время собеседования студенты должны показать знания основных понятий и теорий изучаемого курса, умение последовательно и грамотно излагать учебный материал.

### **Инструкция по подготовке к контрольной работе**

Контрольная работа – письменное задание, выполняемое в течение заданного времени. Как правило, контрольная работа предполагает наличие определенных ответов.

#### *Критерии оценки выполнения контрольной работы*

Критерии оценки:

- соответствие предполагаемым ответам;
- правильное использование алгоритма выполнения действий (методики, технологии и т.д.);
- логика рассуждений;
- неординарность подхода к решению.

Студенты должны показать знания основных понятий и теорий изучаемого курса, умение последовательно и грамотно излагать учебный материал.

## **4.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение курса**

### ***а) основная литература:***

1. Михайлов, С. С. Биохимия двигательной деятельности : учебник для вузов и колледжей физической культуры / С. С. Михайлов. — Москва : Издательство «Спорт», 2016. — 296 с. — ISBN 978-5-906839-41-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/55577.html> (дата обращения: 20.02.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Глухарева, Т. В. Биохимия. Часть 1. Основные питательные вещества человека : учебное пособие / Т. В. Глухарева, И. С. Селезнева. — Екатеринбург : Уральский федеральный университет, ЭБС АСВ, 2016. — 140 с. — ISBN 978-5-7996-1842-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/68226.html> (дата обращения: 20.02.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Глухарева, Т. В. Биохимия. Часть 2. Основные регуляторы и биологические жидкости человеческого организма : учебное пособие / Т. В. Глухарева, И. С. Селезнева. — Екатеринбург : Уральский федеральный университет, ЭБС АСВ, 2016. — 116 с. — ISBN 978-5-7996-1843-8. —

Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/68227.html> (дата обращения: 20.02.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

**б) дополнительная литература:**

1. Кулиненко О.С. Биохимия в практике спорта [Электронный ресурс] / О.С. Кулиненко, И.А. Лапшин. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2018. — 184 с. — 978-5-9500179-7-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/74291.html>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

2. Михайлов С.С. Спортивная биохимия [Электронный ресурс]: учебник для вузов и колледжей физической культуры/ Михайлов С.С.— Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2013.— 348 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40811>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

**в) перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и ЭБС.**

5. ЭБС IPRbooks- <http://www.iprbookshop.ru/>

6. Российская государственная библиотека - <http://www.rsl.ru/>

**г) информационные технологии**, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

При проведении учебных занятий и самостоятельной подготовке обучающихся в зависимости от материально-технической базы аудитории используется следующее лицензионное программное обеспечение:

➤ для обеспечения работы персонального компьютера (ноутбука) операционная система Microsoft Windows XP, 7, 8.1 или Linux на базе ядра версии 3.0 или более позднего (OpenSuse или CalculateLinux);

➤ для работы с текстовыми документами Microsoft Office Word, LibreOffice Writer или WPS Writer;

➤ для демонстрации мультимедийных презентаций: Microsoft Office Power Point, Libre Office Impress или WPS Presentation;

➤ для работы с электронными таблицами: Microsoft Excel, Libre Office Calc или WPS Spreadsheets;

➤ для работы с графическими файлами: Adobe Photoshop, Microsoft Paint или GIMP;

➤ для работы в сети Internet: Internet Microsoft Internet Explorer, Mozilla Firefox или Google Chrome;

➤ для подготовки материалов для интерактивной доски: ПО Notebook

➤ для написания программного кода: Borland Delphi, ABC Pascal или Lazarus

➤ В качестве справочных систем используются:

➤ Справочно-правовая система “Консультант Плюс”,

➤ Справочно-правовая система “Гарант” в локальном или сетевом исполнении.

➤ Базы данных:

➤ Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU

**4.3. Материально-техническая база:**

Перечень материально-технического обеспечения, необходимого для реализации программы, включает в себя:

**Специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации**

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд.№ 38, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	- Рабочее место преподавателя; - 28 учебных мест для обучающихся; - Доска ДА-32(к) – 1 ед.; - Интерактивная панель GECKOTOUCH INTERACTIVE – 1 ед.; - Образовательный интерактивный пол «Floorium Adaptive» - 1 шт.;

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Программное обеспечение «Информационный терминал UTskids 43»»</li> <li>- 1 шт.;</li> <li>- Интерактивная песочница iSandBox – 1 шт.;</li> <li>Интерактивный образовательный комплекс «Играй и Развивайся» - 1 шт. «Центр» модель Творческая лаборатория (для детей) – 1 шт.</li> </ul>
--	---

#### **Специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся**

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд. № 21, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Рабочее место преподавателя;</li> <li>- 20 мест для обучающихся;</li> <li>- Компьютеры: количество – 11 ед.;</li> <li>- Доска ДА-32(к) классная – 1 шт.;</li> <li>- Интерактивная панель GECKOTOUCH INTERACTIVE – 1 ед.;</li> <li>- VR HTC Vive – 4 ед.;</li> <li>- Перворобот LEGO Wedo Education – 1 шт.</li> <li>- Базовый набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.;</li> <li>- Расширенный набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.;</li> <li>- Lego Education Spike Essential – 4 шт.;</li> <li>- Lego Education Spike Prime – 4 шт.;</li> <li>- HIWONDER SPIDERBOT – 2 шт.;</li> <li>- Квадрокоптер Ryze Tello – 5 шт.4</li> <li>- Учебная модульная станция Dobot MOOZ 3DF Plus – 2 шт.</li> </ul>

Все указанные специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду вуза (<http://edu.omgpu.ru/>).

#### **Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования**

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
Кабинет № 20 учебного корпуса Филиала ОмГПУ в г.Таре (ул. Школьная, 69) Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Стол письменный – 3 ед.;</li> <li>- Стул – 3 ед.;</li> <li>- Ноутбук HP – 1 ед.;</li> <li>- Персональный компьютер – 1 шт.</li> <li>- Видеокамера Sony HDR-SR10E – 2 ед.</li> <li>- Видеокамера Panasonic HC-V760 – 2 ед.;</li> <li>- Принтер Canon – 1 шт.:</li> <li>- Принтер Epson – 2 шт.</li> </ul>

#### **4.4.Образовательные технологии, используемые при изучении дисциплины**

При изучении дисциплины основная роль отводится системно-деятельностному, личностно-ориентированному подходам, здоровьесберегающим технологиям

#### **4.5. Описание оценочных материалов, используемых при промежуточной аттестации**

Вид	Краткая характеристика КИМ	ФИО ППС,
-----	----------------------------	----------

промежуточной аттестации		ответственных за разработку КИМ Максюта В.С.
Зачёт	<p style="text-align: center;"><b>Вопросы к зачёту</b></p> <p>1.Биохимия, цели и задачи дисциплины, предмет, основные части биохимии, биохимия спорта среди других научных и спортивных дисциплин. Проблемы биохимии спорта.</p> <p>2.Краткая история развития биохимии. Важнейшие биохимические центры и центры, занимающиеся вопросами биохимии спортивной деятельности.</p> <p>3.Методы исследования биохимии: фракционирование белков, высаливание, хроматография (разные виды), электрофорез, изоэлектрическое фокусирование, рентгеноструктурный анализ, электронная микроскопия. Значение методов для клинико-биохимической диагностики физической деятельности спортсменов.</p> <p>4.Сущность, субстрат и основные признаки живого.</p> <p>5.Понятийный аппарат химии: атом, химический элемент, молекула, ион, химическая связь (ионная, ковалентная, водородная), химическая реакция. Понятие, примеры, характеристика.</p> <p>6.Элементарный состав организмов. Биогенные, макро-, микро-, ультрамикробиогенные элементы.</p> <p>7.Функциональные группы биоорганических соединений. Примеры, предопределение химических свойств.</p> <p>8.Неорганические ионы, их свойства и биологические функции.</p> <p>9.Общие представления об органических веществах организмов: условное деление на три группы по степени сложности.</p> <p>10.Структура, свойства и биологические функции воды. Полярность воды и диссоциация веществ.</p> <p>11.Водородный показатель воды, константа диссоциации, показатель рН среды.</p> <p>12.Буферные системы и буферное действие. Ацетатная, бикарбонатная, аммонийная, фосфатная буферные системы.</p> <p>13.Водно-дисперсные системы организма: понятие и примеры, строение коллоидных частиц, виды дисперсных систем по отношению к воде.</p> <p>14.Диффузия и осмос: понятие. Значение в живых организмах.</p> <p>15.Характеристика пуриновых и пиримидиновых оснований, входящих в состав нуклеиновых кислот.</p> <p>16.Строение нуклеотидов и их роль в обмене веществ.</p> <p>17.Нуклеиновые кислоты. ДНК. Общая характеристика, строение, схема, структуры. Комплементарность, ее значение для обеспечения биспиральной структуры ДНК.</p>	

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
филиал Федерального государственного бюджетного образовательного  
учреждения высшего образования  
«Омский государственный педагогический университет» в г. Таре  
(Филиал ОмГПУ в г. Таре)



Утверждаю  
Председатель Учебно-методического совета:  
директор Филиала Л.П. Берестовская  
«15» октября 2024 г., протокол № 3

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### Спортивная медицина

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки

«Физкультурное образование»

Программа составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования от 22.02.2018 №121 и с учётом требований Профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» от 18.10.2013 №544н

Составитель:  
Максюта В.С., к.б.н., доцент кафедры психологии и специального (дефектологического) образования

Тара, 2024



## 1. Общая характеристика РПД

Название дисциплины «Спортивная медицина»

Форма обучения: очная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Общая трудоёмкость учебной дисциплины для слушателей: 36 (час.),

в том числе, по видам учебных занятий, из них:

- лекций – 2 ак. час.
- практических занятий – 4 ак. час.

Объём самостоятельной работы обучающихся – 30 ак.ч.

Форма промежуточной аттестации: зачёт

Дисциплина «Спортивная медицина» включена в дополнительную профессиональную программу профессиональной переподготовки (далее ДПП ПП) «Физкультурное образование».

**Цель дисциплины:** формирование у слушателей знаний, исследовательских и практических умений по организации медико-педагогического обеспечения лиц, занимающихся физической культурой и спортом.

Вид деятельности / обобщённая трудовая функция	Профессиональная компетенция / трудовая функция	Умения / необходимые умения	Знания / необходимые знания
ПД <sub>1</sub> Педагогическая деятельность (ОТФ <sub>3.1</sub> Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования)	ПК 1.1 / ОПК-1, ОПК-2, ОПК-5 Способен к осуществлению разработки и реализации программ учебных дисциплин в образовательных организациях / ТФ <sub>1</sub> Общепедагогическая функция. Обучение	Разрабатывать и проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области возрастной физиологии и школьной гигиены	Основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимых для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач. Основные принципы защиты от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий, чрезвычайных ситуаций различного происхождения, террористических актов;
	ПК 1.2 / ОПК 4 Способен к реализации современных форм и методов воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности / ТФ <sub>2</sub> Воспитательная деятельность	Владеть основными навыками оказания первой помощи и активного использования средств защиты в случае возникновения ситуаций, угрожающих жизни и здоровью граждан.	Современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.
	ПК 1.3 / ОПК-8 Способен к формированию и реализации программ	Владеть современными технологиями в области обеспечения безопасности	Психофизиологические и индивидуально-типологические особенности и их

	развития универсальных учебных действий, образцов и ценностей социального поведения, толерантности и позитивных образцов поликультурного общения / ТФ <sub>3</sub> Развивающая деятельность	обучающихся в различных сферах деятельности	возможные изменения в различные периоды индивидуального развития человека.
--	---	---	--

## 2. Содержание дисциплины

### 2.1. Принципы отбора содержания и организации учебного материала

- соответствия содержания уровню развития современной науки, практики, основным требованиям развивающегося демократического общества
- учёта единства содержательной и процессуальной сторон обучения
- структурной целостности содержания с учетом индивидуальных потребностей слушателей
- достаточности содержания для формирования у слушателя профессиональных компетенций, выполнения трудовых функций, предусмотренных ДПП ПП.

### 2.2. Междисциплинарные связи дисциплины

Дисциплина «Спортивная медицина» связана с такими учебными дисциплинами, как «Анатомия и возрастная физиология», «Биохимия», «Методика обучения основным движениям и воспитание физических качеств», «Методика физкультурно-оздоровительной работы в образовательных организациях разного типа».

### 2.3. Тематический план дисциплины

№	Тема (раздел) дисциплины	Всего академических часов	В том числе, по видам занятий		Самостоятельная работа слушателей
			Лекции	Практические занятия	
1	Предмет, задачи и организация спортивной медицины Функциональные пробы в диагностике функционального состояния организма спортсменов. Основы общей и спортивной патологии.	5,5	0,5	1	4
2	Влияние систематических занятий спортом на функциональное состояние организма юных спортсменов. Содержание и методы врачебно-педагогического	7,5	0,5	1	6

	контроля. Врачебный контроль за физическим воспитанием школьников и студентов ивзрослого населения.				
3	Экспресс диагностика эффективности тренировочного процесса. Заболевания и травмы у спортсменов. Средства восстановления спортивной работоспособности Организация, структура и задачи врачебно-физкультурного диспансера.	11,5	0,5	1	10
4	Методы исследования и оценка физического развития и особенности телосложения. Методы исследования и оценка функционального состояния сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем спортсменов. Диагностика физической работоспособности и функциональной готовности спортсмена.	11,5	0,5	1	10
	ИТОГО:	36	2	10	30

#### 2.4.Основное содержание тем

**Тема 1. «Предмет, задачи и организация спортивной медицины. Функциональные пробы в диагностике функционального состояния организма спортсменов. Основы общей и спортивной патологии».**

Предмет, задачи и организация спортивной медицины. Краткая история отечественной спортивной медицины. Организация медицинского обеспечения физкультуры и спорта. Методика врачебного контроля спортсменов. Классификация функциональных проб. Простые пробы (Котова - Демина, Белоковского, Серкина - Иониной, Шатохина, комбинированная проба Летунова). Определение физической работоспособности. Пробы с максимальными нагрузками.

**Тема 2. «Влияние систематических занятий спортом на функциональное состояние организма юных спортсменов. Содержание и методы врачебно-педагогического контроля. Врачебный контроль за физическим воспитанием школьников и студентов ивзрослого населения».**

Особенности растущего организма. Особенности врачебного контроля за юными спортсменами. Самоконтроль. Врачебный контроль за женщинами-спортсменками. Особенности врачебного контроля за лицами пожилого возраста и ветеранами спорта.

**Тема 3. «Экспресс диагностика эффективности тренировочного процесса. Заболевания и травмы у спортсменов. Средства восстановления спортивной работоспособности. Организация, структура и задачи врачебно-физкультурного диспансера».**

Задачи спортивно-медицинского тестирования. Требования к тестирующим нагрузкам. Общие требования к проведению функциональных проб. Классификация функциональных проб. Виды входных воздействий, используемых в спортивно-медицинском тестировании. Физическая нагрузка — проба Мартине. Проба ГЦИФКа, проба С.П. Летунова. Понятие о дистрофии, атрофии, гипертрофия. Причины, вызывающие их и механизм развития.

**Тема 4. «Методы исследования и оценка физического развития и особенности телосложения. Методы исследования и оценка функционального состояния сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем спортсменов. Диагностика физической работоспособности и функциональной готовности спортсмена».**

Наружный осмотр и антропометрические измерения. Понятие осанки. Оценка осанки. Особенности физического развития и телосложения представителей различных видов спорта. Характеристика функционального состояния организма спортсмена. Функциональные пробы в диагностике функционального состояния. Методы исследования и оценка физического развития и особенности телосложения. Методы исследования и оценка функционального состояния сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем спортсменов. Диагностика физической работоспособности и функциональной готовности.

## 2.5. Основные понятия (тезаурус)

**ПЕРЕНАПРЯЖЕНИЕ** – изменения в организме, возникающие при резком несоответствии нагрузки (в основном физической) функциональным возможностям организма.

**ПЕРЕТРЕНИРОВАННОСТЬ** – нарушение функционального состояния и работоспособности организма, возникающее, как правило, у спортсмена, находящегося в спортивной форме.

**ПЕРЕУТОМЛЕНИЕ** – накопление (кумуляция) утомления в результате неправильного режима, не обеспечивающего восстановления сил. Переутомление проявляется в снижении работоспособности и продуктивности труда, возникновении раздражительности, головных болях, расстройстве сна и др. Различают начинающееся, легко выраженное и тяжелое переутомление.

**ПЕРИОД ВОССТАНОВЛЕНИЯ ЧАСТОТЫ СЕРДЕЧНЫХ СОКРАЩЕНИЙ** – отрезок времени, в течение которого ЧСС после физической нагрузки возвращается к показателю в состоянии покоя.

**ПЕРИОД СНИЖЕНИЯ ИНТЕНСИВНОСТИ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ** – отрезок времени, в течение которого интенсивность тренировочных занятий снижается для того, чтобы дать время поврежденным тканям восстановиться, а также восполнить энергетические запасы организма.

**ПУЛЬС** – толчкообразные колебания стенки кровеносных сосудов, вызываемые движением крови, выбрасываемой в сосуды левым желудочком сердца при его сокращении (систоле).

**РАБОТОСПОСОБНОСТЬ** – потенциальная возможность человека выполнить целесообразную мотивированную деятельность на заданном уровне эффективности в течение определенного времени. Р. зависит от внешних условий деятельности и психофизиологических резервов человека; может рассматриваться максимальная работоспособность, оптимальная работоспособность, сниженная работоспособность.

**САМОЧУВСТВИЕ** – система субъективных ощущений, свидетельствующих о той или иной степени физиологической и психологической комфортности.

**СЕНСОРНО-ДВИГАТЕЛЬНАЯ ИНТЕГРАЦИЯ** – процесс взаимодействия сенсорной и двигательной систем.

**СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫЙ СДВИГ** – увеличение частоты сердечных сокращений во время физической нагрузки, направленное на компенсацию уменьшенного систолического объема крови. Компенсация помогает поддержать постоянный сердечный выброс.

## 2.6. Организация самостоятельной работы слушателей

Самостоятельная работа слушателя организуется в форме самоподготовки к лекционным и практическим занятиям.

№	Тема	Задания для самостоятельной работы	Источники, средства электронной поддержки	Форма контроля
1	Предмет, задачи и организация спортивной медицины Функциональные пробы в диагностике функционального состояния организма спортсменов. Основы общей и спортивной патологии.	Вопросы для самоконтроля. Подготовка к тестированию	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop">http://www.iprbookshop</a>	Собеседование по вопросам. Тест
2	Влияние систематических занятий спортом на функциональное состояние организма юных спортсменов. Содержание и методы врачебно-педагогического контроля. Врачебный контроль за физическим воспитанием школьников и студентов взрослого населения.	Вопросы для самоконтроля. Подготовка к тестированию	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop">http://www.iprbookshop</a>	Собеседование по вопросам. Тест
3	Экспресс диагностика эффективности тренировочного процесса. Заболевания и травмы у спортсменов. Средства восстановления спортивной работоспособности Организация, структура и задачи врачебно-физкультурного диспансера.	Вопросы для самоконтроля. Подготовка к к тестированию.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop">http://www.iprbookshop</a>	Собеседование по вопросам. Тест
4	Методы исследования и оценка физического развития и особенности телосложения. Методы исследования и оценка функционального состояния сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем спортсменов. Диагностика физической работоспособности и функциональной готовности спортсмена.	Вопросы для самоконтроля. Подготовка к к тестированию.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop">http://www.iprbookshop</a>	Собеседование по вопросам. Тест

## 3. Фонд оценочных средств для аттестации по дисциплине

### 3.1. КИМ для текущего контроля

**Семинарское занятие 1. Спортивная медицина как отрасль научных знаний и система медицинского обеспечения физической культуры и спорта в современных условиях**

**Цель:** рассмотреть роль спортивной медицины в системе медицинского обеспечения физической культуры и спорта в современных условиях

#### Вопросы для обсуждения

1. Использование средств физической культуры для укрепления здоровья, предупреждения заболеваний, восстановления здоровья.
2. Предупреждение заболеваний и травм, связанных с занятиями физической культурой и спортом.
3. Проблема гипокинезия.

4. Спортивная медицина как составная часть советской системы здравоохранения, физического воспитания, физической культуры и спорта.
5. Основные формы и методы работы, применяемые в спортивной медицине.
6. Медицинское обследование занимающихся физической культурой и спортом

**Функциональные пробы в диагностике функционального состояния организма спортсменов. Основы общей и спортивной патологии.**

**Цель:** знакомство с характеристикой функциональной готовности нервно-мышечного аппарата, функциональной готовностью сердечно-сосудистой системы, функциональной готовностью системы внешнего дыхания и крови, функциональной готовностью систем пищеварения и выделения, функциональной готовностью эндокринной системы.

**Вопросы для обсуждения**

1. Задачи спортивно-медицинского тестирования.
2. Требования к тестирующим нагрузкам.
3. Общие требования к проведению функциональных проб.
4. Классификация функциональных проб.
5. Виды входных воздействий, используемых в спортивно-медицинском тестировании.
6. Физическая нагрузка — проба Мартине. Проба ГЦИФКа, проба С.П. Летунова.
7. Понятие о дистрофии, атрофии, гипертрофия. Причины, вызывающие их и механизм развития.

**Семинарское занятие 2. Функциональные пробы в диагностике функционального состояния организма спортсменов. Самоконтроль.**

**Цель:** изучить влияние типов реакций сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку и характер адаптации, и использование их для определения функционального состояния сердечно-сосудистой системы.

**Практическая работа**

**Методика**

I. Для определения типа реакции используется без специальных приспособлений - комбинированная проба Летунова.

1. До нагрузки измеряется частота пульса (ЧП) в течение трех десятисекундных интервалов и определяется кровяное давление (RR).

2. Обследуемый выполняет 20 приседаний, 15 с бег на месте в максимальном темпе или 3 мин бег на месте в темпе 180 шагов в 1 мин.

3. После нагрузки на 10 с измеряется ЧП, с 10 по 50 с измеряется АД, с 50 по 60 с снова измеряется ЧП, т.е. получаем значения ЧП и АД на I восстановительного периода, аналогичным образом ведем измерение в течение всего восстановительного периода.

**Проба Летунова (простая)**

До нагрузки	Пульс, характер пульса, кровяное давление (АД), мм.рт.ст.	
После нагрузки	Пульс уд/с через 10	
	20	
	30	
	40	
	50	
	60	
	АД	

**Проба Летунова (комбинированная)**

До нагрузки:		Пульс	Артериальное давление
После нагрузки			
	20 приседаний	15-сек. бег	3-мин. бег
	Оценка	Оценка	Оценка

Пульс через сек 10	1	2	3	1	2	3	1	2	3
20									
30									
40									
50									
60									

Простые методы исследования в разные периоды тренировки (собственные данные)

Показатели	ЧСС в мин	АД в мл. рт.ст.	Частота дыхания	Спиро-метрия	Задержка дыхания на вдохе и	Теп-пинг-тест	Быстроа двигательной реакции	Сила кисти	Масса тела	Тип реакции сердечно-сосудистой системы на
Период тренировки										
Начало сезона										
Хорошая тренированность (возможно, спортивная форма)										

**Методы исследования и оценка физического развития и особенности телосложения. Методы исследования и оценка функционального состояния сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем спортсменов. Диагностика физической работоспособности и функциональной готовности.**

**Цель:** изучить методы исследования и оценки физического развития, функционального состояния сердечно-сосудистой системы, дыхательной и нервной системы спортсменов.

**Вопросы для обсуждения**

1. Наружный осмотр и антропометрические измерения.
2. Понятие осанки. Оценка осанки.
3. Особенности физического развития и телосложения представителей различных видов спорта.
4. Характеристика функционального состояния организма спортсмена.
5. Функциональные пробы в диагностике функционального состояния.
6. Методы исследования и оценка физического развития и особенности телосложения.
7. Методы исследования и оценка функционального состояния сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем спортсменов.
8. Диагностика физической работоспособности и функциональной готовности.

**2.2. КИМ для промежуточного контроля**

**Вариант 1**

№ п.п.	Тестовый вопрос	Варианты ответов	№ правильного ответа
1	2	3	4
1	Комплексное медицинское обследование, в том числе анамнез, антропометрия и соматоскопия необходимы для	А) правильного подбора физических упражнений и других средств физической культуры с целью развития физических качеств, укрепления здоровья и обеспечения спортивного совершенствования. Б) развития физических качеств, укрепления здоровья. В) обеспечения спортивного совершенствования. Г) исследования.	



2	Исследование физического развития позволяет определять	А) формы тела. Б) формы, размеры и пропорцию частей тела, а также некоторые функциональные возможности организма. В) размеры и пропорцию частей тела. Г) функциональные возможности организма.	
3	Дефекты осанки это	А) сутуловатость. Б) асимметрия грудной клетки. В) асимметрия пояса верхних конечностей. Г) сутуловатость, асимметрия грудной клетки, пояса верхних конечностей и др.	
4	Соматоскопия позволяет получить представление	А) пропорции тела. Б) об осанке. В) о морфологических особенностях организма (пропорции тела и типы сложения, осанка, состояние опорно-двигательного аппарата). Г) о состоянии опорно-двигательного аппарата.	
5	Форма спины (нормальная, круглая, кругловогнутая, плоская)	А) от формы грудной клетки. Б) в значительной степени зависит от формы позвоночника. В) зависит от осанки. Г) от пропорций различных частей тела.	
6	При оценке состояния спортсменов, тренирующихся с преимущественным проявлением выносливости, особое значение имеет	А) состояние сердечно-сосудистой системы, внешнего дыхания, внутренней среды организма. Б) центральной нервной системы и анализаторов. В) Г) центральной нервной системы и нервно-мышечного аппарата.	
7	В скоростно-силовых видах спорта требуется особенно тщательное исследование	А) нервно-мышечной системы. Б) состояние сердечно-сосудистой системы, внешнего дыхания, внутренней среды организма. В) центральной нервной системы и анализаторов. Г) центральной нервной системы и нервно-мышечного аппарата.	
8	В сложно-координационных видах требуется особенно тщательное исследование —	А) центральной нервной системы и анализаторов. Б) центральной нервной системы и нервно-мышечного аппарата. В) состояние сердечно-сосудистой системы, внешнего дыхания, внутренней среды организма. Г) нервно-мышечной системы.	
9	В периоде роста и формирования организма требуется наиболее полное	А) антропометрическое исследование. Б) контроль за темпами полового созревания. В) соответствия биологического возраста паспортному. Г) антропометрическое исследование, контроль за темпами полового созревания, степенью соответствия биологического возраста паспортному, исследование эндокринной системы и пр.	
10	Гребцы и каноисты отличаются от игроков и велосипедистов более мощным развитием мышц	А) мышц шеи. Б) пояса верхних конечностей, атлетическим сложением и большей мышечной силой. В) туловища и нижних конечностей. Г) нижних конечностей.	
11	Очевидно, что между морфологическими и	А) наблюдаются сходства. Б) наблюдаются различия.	

	функциональными показателями организма спортсменов и характером физических нагрузок в различных видах спорта	В) не существует определенная связь. Г) существует определенная связь.	
12	У начинающих, недостаточно тренированных спортсменов или при наличии функциональных отклонений в нервной регуляции изменения пульса	А) под влиянием ортостатической пробы более значительны. Б) под влиянием ортостатической пробы не выявляются. В) под влиянием ортостатической пробы имеют опасные для здоровья значения. Г) под влиянием ортостатической пробы не значительны.	
13	Глазодвигательный рефлекс или проба Ашнера считается положительным при урежении пульса	А) на 15—20 ударов в 1 мин, что свидетельствует о нормальной возбудимости вегетативного отдела нервной системы. Б) на 25—30 ударов в 1 мин, что свидетельствует о нормальной возбудимости вегетативного отдела нервной системы. В) на 5—12 ударов в 1 мин, что свидетельствует о нормальной возбудимости вегетативного отдела нервной системы. Г) на 0—5 ударов в 1 мин, что свидетельствует о нормальной возбудимости вегетативного отдела нервной системы.	
14	Сниженная активность рефлекторной сферы указывает на нарушение проводимости по периферической дуге рефлекса,	А) что указывает на нарушение спортивного режима. Б) что указывает на плохое питание. В) что указывает на плохую тренированность спортсмена. Г) что может отмечаться, в частности, при значительном утомлении нервно-мышечного аппарата.	
15	Для оценки функции координации и равновесия проводят пробы с раздражением вестибулярного аппарата.	А) определяем физическую работоспособность. Б) тестируем физическую выносливость. В) равновесие в позе Ромберга, проба ходьбы, пальценосовая, коленно-пяточная. Г) тестируем скоростную выносливость.	
16	Доказано, что более высокую функциональную подвижность нервной системы имеют представители таких видов спорта, для которых	А) характерен пониженный темп движения (стаеры). Б) характерен в которых быстрый темп сочетается с точной дифференцировкой раздражителей в условиях меняющейся ситуации (спортивные игры). В) характерна высокая скорость движения. Г) характерен повышенный темп движения (спринтеры), а также, в которых быстрый темп сочетается с точной дифференцировкой раздражителей в условиях меняющейся ситуации (спортивные игры).	
17	Упражнения на выносливость	А) оказывают специфическое, тренирующее воздействие на функцию аппарата внешнего дыхания спортсменов. Б) вызывают положительный эффект. В) тренирую выносливость. Г) не оказывают специфическое, тренирующее	

		воздействие на функцию аппарата внешнего дыхания спортсменов.	
18	У спортсменов частота дыхания	А) 10—16 в 1 мин Б) 20—25 в 1 мин В) 5—10 в 1 мин Г) 30—36 в 1 мин	
19	У спортсменов дыхательный объем.	А) колеблется в пределах 350—750 мл. Б) колеблется в пределах 550—750 мл. В) колеблется в пределах 750—950 мл. Г) колеблется в пределах 950—1050 мл.	
20	Мощность форсированного вдоха и выдоха измеряется с помощью	А) динамометра. Б) монометра В) спирометра Г) пневмотахометра.	
21	Частота сердечных сокращений (ЧСС) является,	А) важным показателем для спортсменов. Б) самым важным показателем функциональной активности сердечно-сосудистой системы. В) не существенным показателем для спортсменов. Г) показатель состояния ССС.	
22	Общая направленность оценки ЧСС при лабораторных тестах —	А) чем выше ЧСС, тем ниже оценка. Б) чем ниже ЧСС, тем ниже оценка. В) чем ниже ЧСС, тем выше оценка. Г) чем выше ЧСС, тем выше оценка.	
23	Основными показателями центральной гемодинамики являются	А) минутный, и ударный объемы крови и периферическое сопротивление. Б) периферическое сопротивление. В) ударный объем крови. Г) минутный, и ударный объемы крови.	
24	Минутный объем при максимальных физических нагрузках у спортсмена (тренирующегося на выносливость) и имеющего относительно большое сердце (1200—1300 мл)	А) может достигать 10 л/мин и выше, Б) может достигать 20 л/мин и выше, В) может достигать 40 л/мин и выше, Г) может достигать 30 л/мин и выше,	
25	Гемодинамический удар —	А) давление в сосудах. Б) это рост силы мышц сердца. В) сила нервного возбуждения. Г) это прирост давления, связанный с превращением кинетической энергии крови в давление.	
26	Максимальная производительность сердца, то есть максимальный минутный объем крови, а также максимальное потребление кислорода и максимальная физическая работоспособность существенно зависят	А) сила нервного возбуждения. Б) от анатомической величины сердца. В) от силы мышц. Г) от прироста давления, связанного с превращением кинетической энергии крови в давление.	
27	Наряду с болями у спортсменов с патологией пищеварительной системы обнаруживаются и диспепсические расстройства:	А) снижение аппетита, изжога, отрыжка воздухом, съеденной пищей, Б) горечь во рту, тошнота, рвота, В) снижение аппетита, изжога Г) снижение аппетита, изжога, отрыжка воздухом,	

	.	съеденной пищей, горечь во рту, тошнота, рвота, нарушения дефекации в виде склонности к запорам или к учащению (неустойчивый стул).	
28	Тренированность — это многофакторное, комплексное понятие, общая оценка которого является	А) прерогативой спортсмена. Б) прерогативой тренера, который должен уметь сопоставить все стороны подготовленности спортсмена. В) прерогативой тренера и спортсмена. Г) прерогативой тренера.	
29	Определяемое при комплексном обследовании функциональное состояние отражает не столько уровень специальной работоспособности спортсмена,	А) сколько уровень развития общих и приспособительных механизмов к физической нагрузке, что обусловлено ее объемом и интенсивностью, степенью соответствия выполненной нагрузки состоянию и возможностям каждого занимающегося. Б) сколько уровень физического развития. В) сколько уровень физической работоспособности. Г) сколько уровень развития общих и приспособительных механизмов к физической нагрузке.	
30	Тренированность в современной спортивной медицине рассматривается как состояние,	А) повышения работоспособности. Б) развивающееся в результате регулярного и многократного использования физических упражнений, определяющее степень готовности к наиболее эффективному выполнению конкретной мышечной деятельности и обусловленное уровнем физической, технической, <i>тактической и волевой</i> подготовки занимающегося. В) улучшения здоровья. Г) улучшения качества жизни.	

### Вариант 2

№ п.п.	Тестовый вопрос	Варианты ответов	№ правильного ответа
1	2	3	4
1	Допуск к занятиям и соревнованиям определяется на основании:	А) протокола соревнований. Б) заключения врача. В) рекомендаций родителей. Г) проводимого обследования с учетом показаний и противопоказаний к занятиям той или формой физической культуры и спорта.	
2	При наличии временных противопоказаний указываются	А) причины. Б) срок допуска или продолжительности периода занятий со сниженной нагрузкой. В) по каким видам спорта. Г) продолжительности периода занятий со сниженной нагрузкой.	
3	Хорошие показатели здоровья и функционального состояния спортсменов	А) свидетельствуют об адекватности используемых занимающимися нагрузок и режима тренировки. Б) итог спортивных тренировок. В) вносится в протокол врача. Г) свидетельствуют об адекватности режима	

		тренировки.	
4	Физическое воспитание и спортивная тренировка —	А) это социально-педагогический процесс. Б) это физиологический процесс. В) это воспитательный процесс. Г) это в первую очередь социально-педагогический процесс, что ,и определяет ведущую роль в его организации и проведении педагога-инструктора, тренера, преподавателя.	
5	Совместная работа тренера и врача —	А) это основа эффективности учебно-тренировочного процесса. Б) залог успеха. В) залог высоких спортивных результатов. Г) обязательное условие спортивной тренировки.	
6	Врач участвует	А) в комплектовании групп занимающихся планировании и коррекции тренировочного процесса. Б) организации восстановительных мероприятий. В) в проведении воспитательной и санитарно-просветительной работы с занимающимися. Г) в комплектовании групп занимающихся планировании и коррекции тренировочного процесса, организации восстановительных мероприятий, в проведении воспитательной и санитарно-просветительной работы с занимающимися.	
7	Совместная работа врача и тренера	А) помогает предупредить и вовремя выявить малейшие признаки нарушений. Б) обеспечивает оздоровительную направленность занятий и спортивное совершенствование, В) необходимое условие. Г) обеспечивает оздоровительную направленность занятий и спортивное совершенствование, помогает предупредить и вовремя выявить малейшие признаки нарушений, обеспечить правильное развитие тренированности.	
8	Содержание, сроки и методы врачебного и педагогического контроля, лечебно-профилактические и реабилитационные мероприятия	А) включаются в качестве неотъемлемой составной части в планы подготовки команды (группы) и каждого занимающегося. Б) заносятся в журнал. В) учитываются при подведении итогов. Г) включаются в качестве неотъемлемой составной части в планы.	
9	Под особым наблюдением должны находиться	А) новички, лица с теми или иными нарушениями здоровья. Б) лица с теми или иными нарушениями здоровья, отставанием физического развития. В) лица с плохой адаптацией к нагрузкам и медленным восстановлением. Г) новички, лица с теми или иными нарушениями здоровья, отставанием физического развития, недостаточным уровнем тренированности либо ее нарушениями, плохой адаптацией к нагрузкам и медленным восстановлением.	
10	Совместная работа врача и тренера в управлении трениро-	А) совместное определение сроков, форм и методов наблюдений, сопоставление результатов	

	вочным процессом осуществляется в следующих основных формах:	врачебного и педагогического контроля, обсуждение их результатов; составление перспективных, годовых и текущих планов работы с данным контингентом и их текущая корректировка на основании данных врачебного и педагогического контроля; проведение совместных исследований при определении переносимости нагрузок. Б) совместное определение сроков, форм и методов наблюдений, сопоставление результатов врачебного и педагогического контроля. В) составление перспективных, годовых и текущих планов работы с данным контингентом и их текущая корректировка на основании данных врачебного и педагогического контроля. Г) проведение совместных исследований при определении переносимости нагрузок.	
11	Чем теснее контакт в работе врача и тренера, чем оперативнее используются данные врачебного контроля в управлении тренировочным процессом,	А) тем эффективнее он. Б) тем в большей мере способствует укреплению здоровья. В) тем в большей мере способствует укреплению здоровья и повышению спортивного мастерства. Г) тем эффективнее он, тем в большей мере способствует укреплению здоровья и повышению спортивного мастерства.	
12	В процессе регулярных занятий физическими упражнениями организм	А) укрепляется. Б) приспосабливается к предъявляемым требованиям, постепенно расширяются его функциональные возможности. В) расширяет свои функциональные возможности. Г) совершенствуется.	
13	Тренированность обусловлена	А) физической, тактической, технической, волевой подготовленностью спортсмена. Б) тактической подготовленностью. В) физической, тактической, технической, волевой подготовленностью спортсмена, сочетание которых в каждом конкретном случае и определяет ее уровень, а следовательно, и спортивный результат. Г) технической подготовленностью.	
14	У квалифицированных спортсменов	А) медико-биологический компонент тренированности в большинстве случаев соответствует общему ее уровню и спортивному результату. Б) самые высокие результаты. В) высокий уровень тренированности. Г) высокий уровень работоспособности.	
15	В состоянии мышечного покоя адаптированный организм характеризуется повышением потенциальных возможностей,	А) что проявляется в совершенствовании нервной и гормонально-гуморальной регуляции. Б) что проявляется в снижении активности симпатико-адреналовой системы. В) что проявляется в экономизации функционирования основных, жизнеобеспечивающих систем. Г) что проявляется в совершенствовании нервной и гормонально-гуморальной регуляции, снижении	

		активности симпатико-адреналовой системы, экономизации функционирования основных, жизнеобеспечивающих систем.	
16	Использование восстановительных средств должно носить	А) системный характер, предусматривающий комплексное применение средств разного действия в тесной увязке с конкретным режимом, и методикой тренировки. Б) глобальный характер. В) системный характер. Г) системный характер, предусматривающий комплексное применение средств разного действия.	
17	Восстановительные процессы характеризуются	А) неравномерностью, фазностью (фаза пониженной, исходной и повышенной работоспособности — последняя регистрируется после каждой работы, а на более длительных этапах тренировки), гетерохронизмом. Б) неравномерностью. В) гетерохронизмом. Г) фазностью.	
18	Соединение отдельных средств восстановления в комплекс	А) необходимо для эффективного их использования. Б) для здоровья спортсменов. В) для контроля за здоровьем спортсмена со стороны врача. Г) значительно повышает эффективность действия каждого из них.	
19	При подборе средств восстановления обязательно учитывать	А) вид спорта и направленность нагрузки в занятии. Б) специализация спортсмена. В) вид спорта. Г) направленность нагрузки в занятии.	
20	При двухразовой тренировке в день	А) локальные средства назначаются преимущественно после второй, а средства общего воздействия после первой тренировки. Б) локальные средства не назначаются В) локальные средства назначаются преимущественно после первой, а средства общего воздействия после второй тренировки, после дней больших нагрузок — преимущественно средства общего воздействия.)	
21	При выборе комплекса процедур весьма важно,	А) чтобы они дополняли, а не снижали действие друг друга. Б) чтобы они не дополняли друг друга. В) подбор необходимых средств. Г) знать состояние здоровья спортсмена.	
22	Целесообразно использование не более	А) двух видов процедур. Б) четырёх видов процедур. В) одного вида процедуры каждого типа в течение дня и не более двух процедур в одном сеансе. Г) трёх видов процедур.	
23	Использование водолечения является	А) в спорте не желательно. Б) в спорте очень популярно. В) необходимым при травмах. Г) весьма перспективным как средства	



		восстановления в спорте.	
24	Цель применения фармакологических средств —	А) создание условий, препятствующих чрезмерному, не физиологическому смещению важных констант гомеостаза. Б) улучшение здоровья спортсменов. В) повышение тренированности. Г) повышение работоспособности спортсменов.	
25	У практически здоровых людей суточная потребность значительно варьирует в зависимости от многих факторов,	А) в том числе от климатических и других внешних условий. Б) в том числе от климатических и других внешних условий, а также от интенсивности физической и умственной работы. В) в том числе от интенсивности физической и умственной работы, нервно-психического напряжения. Г) в том числе от климатических и других внешних условий, а также от интенсивности физической и умственной работы, нервно-психического напряжения.	
26	Питание должно быть сбалансированным и строиться	А) на основе разработанных для спортсменов норм. Б) на основе физиологической необходимости. В) на основе калорийности продуктов. Г) на основе разработанных для спортсменов норм, однако его калорийность по сравнению с периодами активной тренировки несколько снижается во избежание увеличения массы тела в связи с меньшей двигательной активностью.	
27	Рацион питания должен включать	А) полноценные животные белки, достаточное количество продуктов, содержащих аминокислоты и липопротеины. Б) широкий ассортимент продуктов. В) полноценные животные белки, достаточное количество продуктов, содержащих аминокислоты и липопротеины, молочнокислые продукты, легко усваиваемые углеводы, свежие овощи и фрукты, всевозможные соки, компоты, мед, минеральные воды. Г) полноценные животные белки.	
28	Если реабилитация проводится в обычных условиях,	А) необходимо регулярно проходить врачебный осмотр. Б) необходимо обеспечить регулярный врачебный контроль и квалифицированную врачебно-спортивную консультацию. В) необходимо обеспечить квалифицированную врачебно-спортивную консультацию. Г) необходимо обеспечить регулярный врачебный контроль.	
29	Продолжительность пассивного отдыха зависит	А) от характера и степени тяжести перенесенного заболевания или травмы. Б) от тяжести травмы. В) от сезона года и соревновательного цикла. Г) уровня физической работоспособности спортсмена.	
30	Лечебная гимнастика при лечении спортивных травм,	А) не включается с первых дней. Б) включается через два дня.	

как правило,	В) включается с через две недели. Г) включается с первых дней.	
--------------	---	--

### 2.3. Организация промежуточной аттестации по дисциплине

Формой промежуточной аттестации по дисциплине «Спортивная медицина» является зачёт.

### 3.4. Критерии оценивания

Шкала оценивания	Критерии оценки
	Зачёт
«Зачтено»	В процессе изучения дисциплины студент в полном объёме освоил виды учебной деятельности, предусмотренные программой
«Не зачтено»	В процессе изучения дисциплины студент не в полном объёме освоил виды учебной деятельности, предусмотренные программой

## 3. Организационно-педагогические условия реализации РПД

### 4.1. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Подготовку к семинарскому занятию следует начинать с изучения лекционных материалов и рекомендованной литературы по теме.

При подборе материалов для выступления необходимо ориентироваться на различные источники информации, отражающие проблематику семинара. Отобранные студентами материалы должны быть логически выстроены, ранжированы по степени значимости и по возможности промаркированы. Предварительная работа студентов может быть направлена на создание презентаций, схем, кластеров и других графических моделей, способствующих визуализации, структурированию и обобщению учебного материала.

Результатом самостоятельной работы по подготовке к семинарскому занятию должна стать готовность студентов к публичному выступлению и анализу содержания предложенных текстов.

В обсуждении содержания семинара участникам необходимо ориентироваться на выступления оценочного характера, возможность раскрытия и обоснования различных точек зрения на проблематику занятия, а также коллективный характер поиска ответов на поставленные вопросы.

Критерии оценки:

- содержательность материалов выступления;
- структурированность текстов;
- осознанность и адекватность понимания текстов;
- терминологическая корректность выступления;
- аргументированность суждений, выводов;
- наличие подготовленной визуальной информации;
- активность участия в дискуссии

Самостоятельная работа студентов организуется на основе выполнения заданий по материалам лекций и подготовки к семинарским занятиям в микрогруппах:

#### Инструкция по работе на семинаре (устный ответ)

Семинарские занятия – неотъемлемая составляющая практической работы студентов в вузе. Она нужна для развития таких навыков, как рассуждение, доказательство точки зрения и ведение диалога.

Во время семинара каждый должен принимать активное участие.

При оценке устных ответов студентов по дисциплине учитываются следующие критерии:

13) Знание основных процессов изучаемой предметной области, глубина и полнота раскрытия вопроса.

14) Владение терминологическим аппаратом и использование его при ответе.

15) Умение объяснить сущность явлений, событий, процессов, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы.

16) Владение монологической речью, логичность и последовательность ответа, умение отвечать на поставленные вопросы, выражать свое мнение по обсуждаемой проблеме.

Приступая к подготовке семинарского занятия необходимо проанализировать изучаемую тему, выделить цели и основные проблемы, которые выносятся на обсуждение. Следующим шагом должно стать изучение лекционного материала, данного преподавателем. Однако, несмотря на подробное изложение материала на лекции, не всегда можно детально рассмотреть все вопросы, касающиеся данной темы. Именно поэтому студенту необходимо изучить рекомендованную литературу по теме.

В процессе работы на семинаре необходимо четко и ясно излагать свои мысли и слушать выступления других участников, а при несогласии с чьим-то мнением не бояться критиковать, но подтверждать свои высказывания аргументами.

Текущий контроль осуществляется в виде индивидуальных устных опросов на семинарском занятии. Устный ответ должен быть изложен студентом объемно и точно. При оценивании ответа студента преподаватель использует несколько основных критериев: самостоятельный ответ (без чтения конспекта); оперирование при ответе ссылками на различные теоретические и фундаментальные исследования, относящимися к теме; понимание студентом всех используемых при ответе категорий и понятий; ответы на дополнительные вопросы преподавателя или других студентов. Допускается разумная опора на конспект или таблицу, сделанные студентом во время самостоятельной работы.

#### **4.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение курса**

##### ***а) основная литература:***

1. Белова, Л. В. Спортивная медицина : учебное пособие / Л. В. Белова. — Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет, 2016. — 149 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/66109.html> (дата обращения: 20.02.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Граевская, Н. Д. Спортивная медицина : учебное пособие. Курс лекций и практические занятия / Н. Д. Граевская, Т. И. Долматова. — Москва : Издательство «Спорт», Человек, 2018. — 712 с. — ISBN 978-5-906839-52-7. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/77241.html> (дата обращения: 20.02.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

##### ***б) дополнительная литература:***

1. Миллер Л.Л. Спортивная медицина [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л.Л. Миллер. — Электрон. текстовые данные. — М. : Человек, 2015. — 184 с. — 978-5-906131-47-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/27601.html>. — ЭБС «IPRbooks», по паролю

2. Белова Л.В. Спортивная медицина [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л.В. Белова. — Электрон. текстовые данные. — Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2016. — 149 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/66109.html>. — ЭБС «IPRbooks», по паролю

3. Руководство к практическим занятиям по курсу спортивной медицины [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.Г. Куртев [и др.]. — 4-е изд. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. — 152 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/74278.html>. — ЭБС «IPRbooks», по паролю

##### ***в) перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и ЭБС.***

7. ЭБС IPRbooks- <http://www.iprbookshop.ru/>

8. Российская государственная библиотека - <http://www.rsl.ru/>

**г) информационные технологии**, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

При проведении учебных занятий и самостоятельной подготовке обучающихся в зависимости от материально-технической базы аудитории используется следующее лицензионное программное обеспечение:

➤ для обеспечения работы персонального компьютера (ноутбука) операционная система Microsoft Windows XP, 7, 8.1 или Linux на базе ядра версии 3.0 или более позднего (OpenSuse или CalculateLinux);

➤ для работы с текстовыми документами Microsoft Office Word, LibreOffice Writer или WPS Writer;

- для демонстрации мультимедийных презентаций: Microsoft Office Power Point, Libre Office Impress или WPS Presentation;
- для работы с электронными таблицами: Microsoft Excel, Libre Office Calc или WPS Spreadsheets;
- для работы с графическими файлами: Adobe Photoshop, Microsoft Paint или GIMP;
- для работы в сети Internet: Internet Microsoft Internet Explorer, Mozilla Firefox или Google Chrome;
- для подготовки материалов для интерактивной доски: ПО Notebook
- для написания программного кода: Borland Delphi, ABC Pascal или Lazarus
- В качестве справочных систем используются:
- Справочно-правовая система “Консультант Плюс”;
- Справочно-правовая система “Гарант” в локальном или сетевом исполнении.
- Базы данных:
- Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU

#### 4.3. Материально-техническая база:

Перечень материально-технического обеспечения, необходимого для реализации программы, включает в себя:

**Специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации**

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд.№ 38, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	- Рабочее место преподавателя; - 28 учебных мест для обучающихся; - Доска ДА-32(к) – 1 ед.; - Интерактивная панель GECKO TOUCH INTERACTIVE – 1 ед.; - Образовательный интерактивный пол «Floorium Adaptive» - 1 шт.; - Программное обеспечение «Информационный терминал UTSkids 43”» - 1 шт.; - Интерактивная песочница iSandBox – 1 шт.; Интерактивный образовательный комплекс «Играй и Развивайся» - 1 шт. «Центр» модель Творческая лаборатория (для детей) – 1 шт.

#### Специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд. № 21, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	- Рабочее место преподавателя; - 20 мест для обучающихся; - Компьютеры: количество – 11 ед., - Доска ДА-32(к) классная – 1 шт.; - Интерактивная панель GECKO TOUCH INTERACTIVE – 1 ед.; - VR HTC Vive – 4 ед.; - Перворобот LEGO Wedo Education – 1 шт. - Базовый набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.; - Расширенный набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.; - Lego Education Spike Essential – 4 шт.;

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lego Education Spike Prime – 4 шт.;</li> <li>- HIWONDER SPIDERBOT – 2 шт.;</li> <li>- Квадрокоптер Ryze Tello – 5 шт.4</li> <li>- Учебная модульная станция Dobot MOOZ 3DF Plus – 2 шт.</li> </ul>
--	---

Все указанные специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду вуза (<http://edu.omgpu.ru/>).

#### Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
Кабинет № 20 учебного корпуса Филиала ОмГПУ в г.Таре (ул. Школьная, 69) Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Стол письменный – 3 ед.;</li> <li>- Стул – 3 ед.;</li> <li>- Ноутбук HP – 1 ед.;</li> <li>- Персональный компьютер – 1 шт.</li> <li>- Видеокамера Sony HDR-SR10E – 2 ед.</li> <li>- Видеокамера Panasonic HC-V760 – 2 ед.;</li> <li>- Принтер Canon – 1 шт.;</li> <li>- Принтер Epson – 2 шт.</li> </ul>

#### 4.4.Образовательные ехнологии, используемые при изучении дисциплины

При изучении дисциплины основная роль отводится системно-деятельностному, личностно-ориентированному подходам, здоровьесберегающим технологиям

#### 4.5. Описание оценочных материалов, используемых при промежуточной аттестации

Вид промежуточной аттестации	Краткая характеристика КИМ	ФИО ППС, ответственных за разработку КИМ
Зачёт	<p style="text-align: center;"><b>Вопросы к зачёту</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Влияние больших физических нагрузок на опорно-двигательный аппарат, характеристика и профилактика.</li> <li>2. Методы исследования и оценка вестибулярного аппарата у спортсменов.</li> <li>3. Перетренированность, причины, характеристика; восстановительные мероприятия.</li> <li>4. Подготовительный массаж, задачи, методика, влияние на организм.</li> <li>5. Методы исследования и оценка нервно-мышечной системы.</li> <li>6. Гравитационный шок, его причины, характеристика, профилактика, первая помощь.</li> <li>7. Допинги, их характеристика. Антидопинговый контроль.</li> <li>8. Гипогликемия, причины, характеристика, профилактика и правила оказания первой помощи.</li> <li>9. Морфофункциональная характеристика возрастных особенностей подростков и их учет при занятиях физической культурой и спортом.</li> <li>10. Организация и содержание врачебного контроля за физическим воспитанием в школе.</li> <li>11. Физические средства восстановления.</li> </ol>	Максюта В.С.

	<p>12. Причины травм при занятиях физической культурой и спортом.</p> <p>13. Цели и задачи спортивной медицины.</p> <p>14. Методы исследования и оценка вегетативной нервной системы у спортсменов.</p> <p>15. Понятие о физическом развитии, методы исследования и оценка.</p> <p>16. Диспансеризация спортсменов, задачи и значение.</p> <p>17. Экспресс-диагностика эффективности тренировочного процесса, восстановительные мероприятия.</p> <p>18. Адаптогены, способствующие восстановлению работоспособности спортсменов, их характеристика и действие на организм.</p> <p>19. Виды кровотечений при повреждении опорно-двигательного аппарата. Первая доврачебная помощь.</p> <p>20. Самоконтроль спортсмена, его содержание и значение.</p> <p>21. Переломы костей их характеристика, правила оказания первой доврачебной помощи.</p> <p>22. Педагогические средства восстановления и их характеристика.</p> <p>23. Методы исследования состояния осанки и типов телосложения.</p> <p>24. Характеристика нарушений осанки и их причины.</p> <p>25. Методы исследования и оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы.</p> <p>26. Восстановительный массаж, задачи, методика, действие на организм.</p> <p>27. Особенности врачебного контроля за юными спортсменами.</p> <p>28. Схема обследования спортсменов.</p> <p>29. Солнечный удар, его характеристика, причины, оказания первой помощи.</p> <p>30. Витамины, как средство восстановления, их характеристика и действие на организм.</p>	
--	---	--

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
филиал Федерального государственного бюджетного образовательного  
учреждения высшего образования  
«Омский государственный педагогический университет» в г. Таре  
(Филиал ОмГПУ в г. Таре)



Утверждаю  
Председатель Учебно-методического совета:  
директор Филиала Л.П. Берестовская  
«15» октября 2024 г., протокол № 3

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### Правовые основы профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки  
«Физкультурное образование»

Программа составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования от 22.02.2018 №121 и с учётом требований Профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» от 18.10.2013 №544н

Составитель:  
Попов Е.В., старший преподаватель  
кафедры гуманитарных дисциплин и правоведения

Тара, 2024



## 1. Общая характеристика РПД

Название дисциплины «Правовые основы профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта»

Форма обучения: очная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Общая трудоёмкость учебной дисциплины для слушателей: 20 (часов), в том числе, по видам учебных занятий, из них:

- лекций – 2 ак. час.
- практических занятий – 2 ак. час.

Объём самостоятельной работы обучающихся – 16 ак.ч.

Форма промежуточной аттестации: экзамен

Дисциплина «Правовые основы профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта» включена в дополнительную профессиональную программу профессиональной переподготовки (далее ДПП ПП) «Физкультурное образование».

**Цель дисциплины:** обеспечить необходимый уровень теоретических и методических знаний об использовании средств, методов физической культуры и спорта в профессиональной деятельности специалиста в области физической культуры и спорта; раскрыть в структуре и содержании этой деятельности условия успешной реализации образовательных, воспитательных и оздоровительных задач физического воспитания различного контингента занимающихся.

Вид деятельности / обобщённая трудовая функция	Профессиональная компетенция / трудовая функция	Умения / необходимые умения	Знания / необходимые знания
ПД <sub>1</sub> Педагогическая деятельность (ОТФ <sub>3.1</sub> ) Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего образования)	ПК 1.1 / ОПК-1, ОПК-2, ОПК-5 Способен к осуществлению разработки и реализации программ учебных дисциплин в образовательных организациях/ ТФ <sub>1</sub> Общепедагогическая функция. Обучение	Принимать решения и совершать иные юридические действия по вопросам физической культуры и спорта строго в соответствии с законом.	Основ законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта.
	ПК 1.2 / ОПК4 Способен к реализации современных форм и методов воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности / ТФ <sub>2</sub> Воспитательная деятельность	Владеть основами правовых знаний в профессиональной области деятельности и умениями использовать их в своей повседневной практической работе в сфере физической культуры и спорта.	Анализировать законодательные и иные правовые акты, относящиеся к будущей профессиональной дисциплины деятельности, обеспечивать соблюдение законодательства.
	ПК 1.3 / ОПК-8 Способен к формированию и реализации программ развития универсальных учебных действий, образцов и ценностей	Способность применять знания из области подготовки спортсменов (новейшие теории, интерпретации, методы и технологии) в тренерской деятельности и	Закономерности развития основных федеральных стандартов спортивной подготовки по избранным видам спорта.

	социального поведения, толерантности и позитивных образцов поликультурного общения / ТФ <sub>3</sub> Развивающая деятельность	разрабатывать целевые тренировочные программы и планы подготовки спортсменов различной квалификации.	
--	---	--	--

## 2. Содержание дисциплины

### 2.1. Принципы отбора содержания и организации учебного материала

- соответствия содержания уровню развития современной науки, практики, основным требованиям развивающегося демократического общества
- учёта единства содержательной и процессуальной сторон обучения
- структурной целостности содержания с учетом индивидуальных потребностей слушателей
- достаточности содержания для формирования у слушателя профессиональных компетенций, выполнения трудовых функций, предусмотренных ДПП ПП.

### 2.2. Междисциплинарные связи дисциплины

Дисциплина «Правовые основы профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта» связана с такими учебными дисциплинами, как «Педагогика физической культуры» и «Методика обучения основным движениям и воспитание физических качеств», «История физической культуры и спорта».

## 4.4. Тематический план дисциплины

№	Тема (раздел) дисциплины	Всего академических часов	В том числе, по видам занятий		Самостоятельная работа слушателей
			Лекции	Практические занятия	
1	Государственная политика российской Федерации в области физической культуры и структура закона. Основные понятия, используемые в законе спорта	10	1	1	8
2	Правовое Регулирование физкультурно-спортивной работы в Вооруженных Силах и правоохранительных органах Российской Федерации	10	1	1	8
<b>ИТОГО:</b>		20	4	6	16

### 2.4. Основное содержание тем

**Тема 1. «Государственная политика Российской Федерации в области физической культуры и структура закона. Основные понятия, используемые в законе».**

Конституционные положения в области физической культуры и спорта. Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации". Цели, задачи и физической культуры и структура закона. Основные понятия, используемые в законе. Принципы государственной политики в области физической культуры и спорта. Меры государственной поддержки развития физической культуры и спорта. Компетенция федеральных органов исполнительной власти и органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта. Взаимодействие федерального органа исполнительной власти в области физической культуры

культуры и спорта, органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта, органов местного самоуправления и физкультурно-спортивных объединений.

## **Тема 2. «Правовое Регулирование физкультурно-спортивной работы в Вооруженных Силах и правоохранительных органах Российской Федерации».**

Физическая подготовка в Вооруженных силах и правоохранительных органах. Нормативные регулирующие ее деятельность. оздоровительная и спортивная работа, спортивных клубов. Физическая подготовка допризывного возраста.

### **2.5. Основные понятия (тезаурус)**

**Администрация Президента Российской Федерации** является государственным органом, сформированным в соответствии с п. "и" ст. 83 Конституции РФ, обеспечивающим деятельность Президента РФ и осуществляющим контроль за исполнением решений Президента РФ.

**Аккредитация** в области физической культуры и спорта – процедура, по итогам которой и при положительном решении органа по аккредитации Заявителю выдается аттестат, а при отрицательном решении – письменный отказ.

**Аттестация** в области физической культуры и спорта – оценка деятельности федерации. Является составной и неотъемлемой частью аккредитации.

**Аттестат** аккредитации в области физической культуры и спорта – документ, подтверждающий получение аккредитации Заявителем

**Аналогия закона** – применение в какой-либо конкретной ситуации нормы права, регулирующей сходные общественные отношения. Применяется довольно часто, но это запрещено законом в сфере уголовных и административных правоотношений, когда они связаны с наказанием.

**Аналогия права** – решение по конкретному делу, принимаемое исходя из общих принципов права, смысла и целей действующего законодательства (гуманизм, объективность, справедливость).

**Антидопинговое обеспечение** – проведение мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним.

**Апартеид в спорте** – означает осуществление политики и практики системы узаконенной расовой сегрегации и дискриминации с целью установления и поддержания господства одной расовой группы людей над другой расовой группой людей и ее систематического угнетения.

**Апелляционный комитет** Российского футбольного союза (РФС) – отвечает за решения по апелляциям против любого из решений КДК, которые не объявлены в регламентах и нормах РФС как окончательные или подлежащие рассмотрению иным органом. Апелляционный комитет может подтвердить, изменить, отменить или направить на новое рассмотрение решения КДК.

**Банковская система** Российской Федерации – включает в себя Банк России, кредитные организации, а также филиалы и представительства иностранных банков.

**Банкротство (несостоятельность)** – признанная арбитражным судом неспособность должника в полном объеме удовлетворить требования кредиторов по денежным обязательствам и (или) исполнить обязанность по уплате обязательных платежей[8].

**Бюджет Международного олимпийского комитета** (МОК) составляют суммы от продажи прав показа Игр по телевидению, пожертвований и т.п.; часть бюджетных средств МОК передает в целях развития спорта и Олимпийского движения нуждающимся в помощи международным федерациям и национальным олимпийским комитетам. Единственный источник финансирования МОК – это частный сектор.

**Всероссийский реестр видов спорта** включает перечень признанных видов спорта и спортивных дисциплин. Порядок его ведения определяется Правительством РФ. Он "формируется в целях систематизации данных о количестве, назначении и состоянии объектов спорта, находящихся на территории Российской Федерации и используемых для проведения официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий".

**Вид программы** – спортивное соревнование по определенному виду спорта или одной из его дисциплин, в результате которого осуществляется распределение мест и (или) медалей среди участников спортивного соревнования.

**Вид спорта** – часть спорта, которая признана в соответствии с требованиями Закона о физической культуре и спорте обособленной сферой общественных отношений, имеющей соответствующие правила, утвержденные в установленном настоящим Федеральным законом

порядке, среду занятий, используемый спортивный инвентарь (без учета защитных средств) и оборудование.

**Государственная услуга**, предоставляемая федеральным органом исполнительной власти, органом государственного внебюджетного фонда, исполнительным органом государственной власти субъекта РФ, а также органом местного самоуправления при осуществлении отдельных государственных полномочий, переданных федеральными законами и законами субъектов РФ – деятельность по реализации функций соответственно федерального органа исполнительной власти, государственного внебюджетного фонда, исполнительного органа государственной власти субъекта РФ, а также органа местного самоуправления при осуществлении отдельных государственных полномочий, переданных федеральными законами и законами субъектов РФ, которая осуществляется по запросам заявителей в пределах установленных нормативными правовыми актами РФ и нормативными правовыми актами субъектов РФ полномочий органов, предоставляющих государственные услуги

**Государственная служба** – вид трудовой деятельности, состоящий в выполнении служебных обязанностей лицами, занимающими по назначению или выборам должность в государственном аппарате и получающими за это от государства ("казны") вознаграждение.

**Государственная служба** – это профессиональная деятельность государственных служащих (сотрудников государственного органа) по обеспечению реализации целей и функций органов государственной власти посредством исполнения должностных обязанностей в рамках установленного регламента.

**Государственная гражданская служба** – вид государственной службы, представляющей собой профессиональную служебную деятельность граждан на должностях государственной гражданской службы по обеспечению исполнения полномочий федеральных государственных органов, государственных органов субъектов РФ, лиц, замещающих государственные должности РФ, и лиц, замещающих государственные должности субъектов РФ.

**Государственные внебюджетные фонды** – форма образования и расходования денежных средств, образуемых вне федерального бюджета и бюджетов субъектов РФ, которые управляются специальными органами государственной власти РФ. Бюджеты государственных внебюджетных фондов РФ разрабатываются и утверждаются в форме федеральных законов, бюджеты территориальных государственных внебюджетных фондов субъектов РФ и бюджеты территориальных государственных внебюджетных фондов разрабатываются и утверждаются в форме законов субъектов РФ, местные бюджеты разрабатываются и утверждаются в форме муниципальных правовых актов представительных органов муниципальных образований. Расходы бюджетов государственных внебюджетных фондов осуществляются исключительно на цели, определенные законодательством РФ, включая законодательство о конкретных видах обязательного социального страхования (пенсионного, социального, медицинского), в соответствии с бюджетами указанных фондов, утвержденными федеральными законами, законами субъектов РФ.

**Государственные, региональные органы образования** в сфере физической культуры и спорта – специально уполномоченные органы исполнительной власти, осуществляющие обеспечение государственной политики в области физической культуры и спорта в масштабах страны и муниципальных образований.

**Декларация безопасности** – документ, содержащий перечень и показатели опасности возникновения возможных аварий, катастроф, проявления угроз жизни и (или) здоровью работающего персонала и (или) населения прилегающих к объекту территорий.

**Дисквалификация (в спорте)** – это запрещение спортсмену на участие в спортивных соревнованиях на определенный срок или игроку в предстоящем матче или соревновании. Дисквалифицированное лицо не должно включаться в протокол матча.

**Закон (федеральный или субъекта федерации)** – принятый в установленном порядке и выражающий государственную волю нормативный правовой акт по основным вопросам государственной и общественной жизни.

**Законность** – неуклонное исполнение законов и соответствующих им иных правовых актов органами государства, должностными лицами, гражданами и общественными организациями. Законность представляет собой одну из сторон демократического государственного строя, выражает равенство всех перед законом с точки зрения одинакового подчинения закону любого участника общественных отношений.

**Законные представители юридического лица** – это его руководитель, а также иное лицо, признанное в соответствии с законом или учредительными документами органом юридического лица. Полномочия законного представителя юридического лица подтверждаются документами, удостоверяющими его служебное положение

**Консолидация** – это форма систематизации законодательства, выражающаяся в объединении в единый документ блока законодательных актов, предназначенных регулировать определенный вид общественных отношений в логической последовательности без внесения изменений в их содержание.

**Команда** – это группа спортсменов, организованных для участия в спортивных мероприятиях для проведения соревнований с другими такими организованными группами.

**Компетенция** – совокупность функций и полномочий (прав и обязанностей), которыми закон наделяет определенный государственный орган и его структурное подразделение, конкретное должностное лицо, или представителя власти. Той или иной компетенцией обладают все элементы политической системы.

**Компетенция** – совокупность установленных нормативными правовыми актами прав и обязанностей (полномочий) организаций, органов, должностных лиц, а также лиц, осуществляющих управленческие (исполнительно-распорядительные) функции в коммерческих организациях.

**Легитимность** – правомерность, законность действий индивидуальных и коллективных субъектов права по совершению юридически значимых действий.

**Лицензируемый вид деятельности** – вид деятельности, на осуществление которого на территории Российской Федерации и на иных территориях, над которыми Российская Федерация осуществляет юрисдикцию в соответствии с законодательством РФ и нормами международного права, требуется получение лицензии в соответствии с Федеральным законом "О лицензировании отдельных видов деятельности", в соответствии с федеральными законами, указанными в ч. 3 ст. 1 вышеназванного закона и регулирующими отношения в соответствующих сферах деятельности.

**Муниципальная служба** – профессиональная деятельность граждан, которая осуществляется на постоянной основе на должностях муниципальной службы, замещаемых путем заключения трудового договора (контракта).

**Национальные виды спорта** – составная часть физической культуры, исторически сложившейся в форме соревновательной деятельности среди компактно проживающего населения определенной национальности.

**Национальный олимпийский комитет (НОК) Республики Беларусь** – самостоятельное, независимое общественное объединение, статус и роль которого определяются Олимпийской хартией и Законом Республики Беларусь от 18.06.1993 № 2445-XII "О физической культуре и спорте". Был основан в 1991 г.

**Общероссийский мониторинг** состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи представляет собой систему мероприятий по наблюдению, анализу, оценке и прогнозу состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи и является частью социально-гигиенического мониторинга, проводимого Министерством здравоохранения РФ. Мониторинг проводится с целью получения информации, необходимой для принятия обоснованных управленческих решений по укреплению здоровья населения на федеральном уровне, уровне субъектов РФ и муниципальных образований на основе разработанных и утвержденных в установленном порядке нормативных документов и методических материалов.

**Общественное объединение** – добровольное, самоуправляемое, некоммерческое формирование, созданное по инициативе граждан, объединившихся на основе общности интересов для реализации общих целей, указанных в уставе общественного объединения, что способствует реализации прав и законных интересов граждан.

**Общественный порядок** – представляет собой порядок в общественной жизни, складывающийся в результате повсеместного соблюдения государственными органами, хозяйственными и общественными организациями, должностными лицами и гражданами всех социальных норм, принятых в обществе.

**Общероссийская спортивная федерация** – общероссийская общественная организация, созданная на основе членства, получившая государственную аккредитацию, целями которой являются развитие одного или нескольких видов спорта, их пропаганда, организация, а также

проведение спортивных мероприятий и подготовка спортсменов – членов спортивных сборных команд.

**Орган государства** – это составная часть механизма государства, имеющая в соответствии с законом собственную структуру, строго определенные полномочия по управлению конкретной сферой общественной жизни и органически взаимодействующая с другими частями государственного механизма, образующими единое целое.

**Организация Объединенных Наций (ООН)** – универсальная международная организация безопасности, в состав которой входят 193 государства. Создана в 1945 г. по инициативе ведущих стран антигитлеровской коалиции и имеющая целью поддержание международного мира и безопасности; принятие эффективных коллективных мер для предотвращения и устранения угрозы миру и подавления актов агрессии или других нарушений мира; разрешение мирными средствами международных споров или ситуаций, которые могут привести к нарушению мира и др.

**Официальное лицо, присутствующее на футбольном матче** – любое лицо, за исключением игроков, которое выполняет какую-либо деятельность, связанную с футболом, в РФС, Ассоциациях, Лигах, Федерациях или Клубе, независимо от его должности, вида деятельности (административная, спортивная или любая иная) и ее продолжительности, в том числе любой уполномоченный штатный сотрудник Клуба, включенный в заявочный лист руководящего и тренерского состава Клуба (команды) для участия в соревнованиях (в частности, официальными лицами являются менеджеры, тренеры и медицинский персонал).

**Официальное лицо матча** – судья, помощник судьи, резервный судья и/или делегат, инспектор, комиссар, отвечающие за организацию матча и оценивающие действия судейской бригады лица.

**Панамериканская спортивная организация** (англ. Pan American Sports Organisation, PASO; исп. Organization Deportiva Panamericana, ODEPA) – международная организация национальных олимпийских комитетов, в которой представлены 42 страны Южной, Центральной, Северной Америки и Карибского бассейна.

**Паралимпийское движение России**, сурдлимпийское движение России, специальная олимпиада России – это части соответственно международного паралимпийского движения, международного сурдлимпийского движения, международной специальной олимпиады, целями которых являются содействие развитию физической культуры и спорта инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, укрепление международного сотрудничества в указанной сфере, участие в Паралимпийских играх, Сурдлимпийских играх, Всемирных специальных олимпийских играх.

**Положение о Единой всероссийской спортивной классификации (ЕВСК)** – определяет содержание требований и норм, выполнение которых необходимо для присвоения соответствующих спортивных званий и спортивных разрядов, условия выполнения этих требований и норм, а также регламентирует порядок формирования ЕВСК и присвоения спортивных званий и спортивных разрядов.

**Правила игры в футбол** – это правила поведения участников футбольного матча, принятые Международным советом футбольных ассоциаций (ИФАБ).

**Правила видов спорта**, включенных во Всероссийский реестр видов спорта – разрабатываются общероссийскими спортивными федерациями с учетом правил, утвержденных международными спортивными организациями, за исключением военно-прикладных, служебно-прикладных и национальных видов спорта.

**Право позитивное** – это та часть социальных норм, которая выражена в официальных документах, исходящих от государства и гарантированных государством. Позитивное право не отрицает естественного права с точки зрения современной науки. Наблюдается определенная взаимосвязь между ними.

**Правовая система** – совокупность внутренне согласованных, логически взаимосвязанных и обладающих различной юридической силой правовых актов государства.

**Правовое воспитание** – это процесс целеустремленного и систематического воздействия на сознание и культуру поведения членов общества, осуществляемый для достижения необходимого уровня правовых знаний, выработки глубокого уважения к закону и привычки точного соблюдения его требований на основе личного убеждения. Оно способствует укреплению законности и правопорядка в обществе.

**Правовое наказание** – форма и мера юридического осуждения (порицания) со стороны государства виновного, противоправного поведения субъекта права, выражающаяся в применении ограничительных или запретительных мер воздействия.

**Правовое ограничение** – выраженные в гипотезах или диспозициях правовых норм соответственно обстоятельства сдерживающего характера или юридические обязанности, которые направлены на предотвращение неблагоприятных последствий от возможных противоправных деяний субъектов права.

**Правовое поощрение** – форма и способ юридической оценки со стороны государства деяния субъекта права, в результате которого для общества, государства и общественных отношений наступают благоприятные последствия.

**Правомерное поведение** – это поведение, соответствующее праву, т.е. юридическим правам и обязанностям, определяемым и формулируемым государством в императивном порядке.

**Правопорядок** – это порядок в общественной жизни, который создается в результате строгого и неуклонного соблюдения норм права всеми государственными органами, общественными и хозяйственными организациями, должностными лицами и гражданами. Он представляет собой результат действия правовых норм, их неуклонного соблюдения.

**Пробелы в праве** – случаи, когда определенные общественные отношения, находящиеся в сфере правового регулирования, оказываются по каким-то причинам не урегулированными нормами права. Причинами пробелов в праве являются: отставание законодательства от жизни; недостаточное качество нормативных правовых актов. Иногда законодатель сознательно допускает возможность применения аналогии закона.

**Программа спортивной подготовки** – программа поэтапной подготовки физических лиц по виду спорта (спортивным дисциплинам), определяющая основные направления и условия спортивной подготовки на каждом ее этапе, разработанная и реализуемая организацией, осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки.

**Прокуратура Российской Федерации** – единая федеральная централизованная система органов, осуществляющих от имени Российской Федерации надзор за соблюдением Конституции РФ и исполнением законов, действующих на территории Российской Федерации. Прокуратура выполняет и иные функции, установленные федеральными законами.

**Противодействие коррупции** – деятельность федеральных органов государственной власти, органов государственной власти субъектов РФ, органов местного самоуправления, институтов гражданского общества, организаций и физических лиц в пределах их полномочий:

- по предупреждению коррупции, в том числе по выявлению и последующему устранению причин коррупции (профилактика коррупции);
- по выявлению, предупреждению, пресечению, раскрытию и расследованию коррупционных правонарушений (борьба с коррупцией);
- по минимизации и (или) ликвидации последствий коррупционных правонарушений[37].

**Протест (в спорте)** – это форма несогласия стороны на характер и результат состоявшегося матча. Он подается на факты (действия или бездействия), связанные с несоблюдением правил игры и (или) нарушающие положения Регламентов по проведению соревнований в части проведения матча.

**Профессиональная спортивная организация** – надлежащим образом аккредитованное юридическое лицо, осуществляющее организацию, подготовку и проведение официальных спортивных соревнований по отдельному виду (или видам) спорта в пределах государства.

**Профессиональный спортивный клуб** – юридическое лицо, созданное и действующее в соответствии с законодательством, вступившее в членские или договорные отношения со спортивной федерацией или профессиональной спортивной организацией, принимающее участие в спортивных соревнованиях и извлекающее из этой деятельности прибыль.

**Спортивное право** – активно формирующаяся отрасль российского права, нормы которой предназначены регламентировать содержание правоотношений, складывающихся в процессе подготовки и участия спортсменов в спортивных соревнованиях, а также участия юридических (в том числе и государства) и физических лиц в деятельности, связанной с организацией и проведением спортивных мероприятий на национальном и на международном уровнях.



## 2.6. Организация самостоятельной работы слушателей

Самостоятельная работа слушателя организуется в форме самоподготовки к лекционным и практическим занятиям.

№	Тема	Задания для самостоятельной работы	Источники, средства электронной поддержки	Форма контроля
1	Государственная политика Российской Федерации в области физической культуры и структура закона. Основные понятия, используемые в законе.	Вопросы для самоконтроля. Подготовка реферата.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop">http://www.iprbookshop</a>	Собеседование по вопросам. Реферат.
2	Правовое Регулирование физкультурно-спортивной работы в Вооруженных Силах и правоохранительных органах Российской Федерации.	Вопросы для самоконтроля. Подготовка реферата.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop">http://www.iprbookshop</a>	Собеседование по вопросам. Реферат.

## 3. Фонд оценочных средств для аттестации по дисциплине

### 3.1. КИМ для текущего контроля

#### Семинар 1. Правовые основы деятельности физкультурно-спортивных организаций и объединений.

Цель - рассмотреть основы деятельности физкультурно-спортивных организаций и объединений.

#### Вопросы для обсуждения:

1. Общероссийские объединения.
2. Физкультурно-спортивные общества профессиональных союзов, физкультурно-спортивные общества органов государственной власти, федерации, союзы и ассоциации по различным видам спорта, физкультурно-спортивные организации.
3. Федеральный закон Российской Федерации "Об объединениях". Организационно-правовые формы и
4. формы собственности деятельности физкультурно-спортивных организаций.
5. Порядок образования, регистрация, реорганизация и физкультурно-спортивных организаций.
6. Уставы спортивных объединений, организаций, спортивных клубов и коллективов.
7. Финансовая поддержка деятельности физкультурно-спортивных объединений и организаций. Порядок вступления физкультурно-спортивных объединений.
8. Лицензирование видов деятельности и сертификация продукции и услуг в области спорта.

#### Семинар 2. Международные организации в области ФКиС и их деятельность

Цель - рассмотреть основные международные организации в области ФКиС и их деятельность.

#### Вопросы для обсуждения:

1. Специфика деятельности международных организаций в области физической культуры и спорта.
2. Законодательное регулирование применения стимулирующих препаратов спортсменами.
3. Национальные законы о спорте, физической подготовленности иностранных государств.
4. Международный Олимпийский комитет, его структура, цели и задачи.
5. Федерации по видам спорта и их деятельность.
6. Международный арбитражный совет в области спорта (МААС).
7. Спортивный арбитражный суд (САС).

### **3.2. КИМ для промежуточного контроля**

#### **Темы рефератов**

1. Нормативно-правовой акт. Норма права, структура нормы права. Формы изложения правовых актов. Виды нормативных правовых актов.
2. Физическая культура и спорт в юридических терминах и понятиях.
3. Конституционные основы физической культуры и спорта.
4. Составные части законодательства о физической культуре и спорте.
5. Классификация нормативно-правовых актов о физической культуре и спорте.
6. Физическая культура и спорт в кодификационных законах РФ.
7. Олимпийская Хартия.
8. Международная Хартия физического воспитания и спорта.
9. Спортивная хартия Европы.
10. Законодательные акты РФ о физической культуре и спорте.
11. Законодательные акты субъектов РФ о физической культуре и спорте.
12. Подзаконные акты по физической культуре и спорту.
13. Компетенция органов местного самоуправления в сфере физической культуры и спорта (ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в РФ»).
14. Общая характеристика Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (№ 329 – ФЗ от 4.12.2007 года).
15. Основные понятия ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ» (ст. 2).
16. Основные принципы законодательства о физической культуре и спорте.
17. Субъекты физической культуры и спорта в РФ.
18. Полномочия РФ в области физической культуры и спорта.
19. Полномочия субъектов РФ в области физической культуры и спорта.
20. Полномочия органов местного самоуправления в области физической культуры и спорта.
21. Физкультурно-спортивные организации (ст.10 ФЗ).
22. Права и обязанности спортсменов (ст. 24 ФЗ).
23. Физическая культура и спорт в системе образования (Гл. 3 ФЗ).
24. Федерация по виду спорта: её создание и государственная регистрация (Глава 2, ФЗ «Об общественных объединениях»).
25. Руководящие органы федерации по виду спорта согласно законодательству об общественных объединениях (Глава 2, ФЗ «об общественных объединениях»).
26. Учредители, члены и участники спортивной федерации (ст. 6 ФЗ «Об общественных объединениях»).
27. Территориальный статус федерации по виду спорта (ст. 14 ФЗ «Об общественных объединениях»).
28. Взаимоотношения спортивной федерации и государства (ст. 17 ФЗ «Об общественных объединениях»).
29. Предпринимательская деятельность спортивной федерации как общественной организации (ст. 37 ФЗ «Об общественных объединениях»).
30. Спортивные клубы как учреждения образования, права спортивного клуба (ст. 19 ФЗ «о физической культуре и спорте в РФ», ст. 12 и 32 ФЗ «Об образовании»).

#### **Собеседование по вопросам:**

1. Физкультурно-спортивное право. Правовые акты в сфере физкультуры и спорта. Предпосылки и история возникновения физкультурно–спортивного права.
2. Этапы развития физкультурно–спортивного права и его специфика. Формальное и неформальное право.
3. Объект и предмет исследования в физкультурно - спортивном праве. Задачи и направления. Понятие правовых основ физкультуры и спорта.
4. Правовые основы физической культуры и спорта в системе наук о спорте.
5. Роль и место законодательства о физкультуре и спорте в правовом поле
6. РФ. Конституционные положения о физкультуре и спорте.
7. Федеральное законодательство «О физической культуре и спорте РФ».
8. Иерархическая структура законодательства РФ о физкультуре и спорте.
9. Несовершенство законодательной базы 90–х и его современные интерпретации.

10. Закон «О физической культуре и спорте в РФ», структура, основные положения, нормативно-правовые акты. Роль местного законодательства в развитии отрасли «физкультура и спорт».

11. Законы о физкультуре и спорте субъектов Федерации. Преимущества принятия местного закона о физкультуре и спорте субъектом Федерации.

12. Проблема гармоничного сочетания правовых актов в физкультурно-спортивной отрасли на федеральном и отраслевом уровнях.

13. Созаконные правовые акты. Связь физкультурно-спортивного права с

14. Декларацией прав и свобод человека, с Основами законодательства РФ об охране здоровья граждан. Подзаконные акты:

15. Положение о Государственном комитете РФ по физкультуре и спорту: задачи, цель, структура, функции.

16. Олимпийский комитет России: устав, цели, задачи, правовые обязанности членов ОКР.

### 3.3. Организация промежуточной аттестации по дисциплине

Формой промежуточной аттестации по дисциплине «Правовые основы профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта» является экзамен.

### 3.4. Критерии оценивания

Шкала оценивания	Критерии оценки
Экзамен	
«Отлично» - 90-100% верных ответов;	Теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые компетенции сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному.
«Хорошо» - 75-89 % – верных ответов;	Теоретическое содержание курса освоено полностью, необходимые компетенции в основном сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения достаточно высокое
«Удовлетворительно» - 60-74 % верных ответов;	Теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, необходимые компетенции в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных задач выполнено, в них имеются ошибки
«Неудовлетворительно» - менее 59 % верных ответов.	Теоретическое содержание курса не освоено, необходимые компетенции не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий либо не выполнено, либо содержит грубые ошибки.

## 4. Организационно-педагогические условия реализации РПД

### 4.1. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Подготовку к семинарскому занятию следует начинать с изучения лекционных материалов и рекомендованной литературы по теме.

При подборе материалов для выступления необходимо ориентироваться на различные источники информации, отражающие проблематику семинара. Отобранные студентами материалы должны быть логически выстроены, ранжированы по степени значимости и по возможности промаркированы. Предварительная работа студентов может быть направлена на создание презентаций, схем, кластеров и других графических моделей, способствующих визуализации, структурированию и обобщению учебного материала.

Результатом самостоятельной работы по подготовке к семинарскому занятию должна стать готовность студентов к публичному выступлению и анализу содержания предложенных текстов.

В обсуждении содержания семинара участникам необходимо ориентироваться на выступления оценочного характера, возможность раскрытия и обоснования различных точек зрения на проблематику занятия, а также коллективный характер поиска ответов на поставленные вопросы.

Критерии оценки:

– содержательность материалов выступления;

– структурированность текстов;

- осознанность и адекватность понимания текстов;
- терминологическая корректность выступления;
- аргументированность суждений, выводов;
- наличие подготовленной визуальной информации;
- активность участия в дискуссии

Самостоятельная работа студентов организуется на основе выполнения заданий по материалам лекций и подготовки к семинарским занятиям в микрогруппах:

#### **Инструкция по работе на семинаре (устный ответ)**

Семинарские занятия – неотъемлемая составляющая практической работы студентов в вузе. Она нужна для развития таких навыков, как рассуждение, доказательство точки зрения и ведение диалога.

Во время семинара каждый должен принимать активное участие.

При оценке устных ответов студентов по дисциплине учитываются следующие критерии:

- ✓ Знание основных процессов изучаемой предметной области, глубина и полнота раскрытия вопроса.
- ✓ Владение терминологическим аппаратом и использование его при ответе.
- ✓ Умение объяснить сущность явлений, событий, процессов, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы.
- ✓ Владение монологической речью, логичность и последовательность ответа, умение отвечать на поставленные вопросы, выражать свое мнение по обсуждаемой проблеме.

Приступая к подготовке семинарского занятия необходимо проанализировать изучаемую тему, выделить цели и основные проблемы, которые выносятся на обсуждение. Следующим шагом должно стать изучение лекционного материала, данного преподавателем. Однако, несмотря на подробное изложение материала на лекции, не всегда можно детально рассмотреть все вопросы, касающиеся данной темы. Именно поэтому студенту необходимо изучить рекомендованную литературу по теме.

В процессе работы на семинаре необходимо четко и ясно излагать свои мысли и слушать выступления других участников, а при несогласии с чьим-то мнением не бояться критиковать, но подтверждать свои высказывания аргументами.

Текущий контроль осуществляется в виде индивидуальных устных опросов на семинарском занятии. Устный ответ должен быть изложен студентом объемно и точно. При оценивании ответа студента преподаватель использует несколько основных критериев: самостоятельный ответ (без чтения конспекта); оперирование при ответе ссылками на различные теоретические и фундаментальные исследования, относящимися к теме; понимание студентом всех используемых при ответе категорий и понятий; ответы на дополнительные вопросы преподавателя или других студентов. Допускается разумная опора на конспект или таблицу, сделанные студентом во время самостоятельной работы.

#### **Инструкция по подготовке к собеседованию**

Собеседование проводится после изучения всех тем дисциплины. Собеседование – средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу.

Критерии оценки при собеседовании

Цель собеседования: оценка	Критерии оценки результатов
усвоения знаний	глубина, прочность, систематичность знаний
умений применять знания	адекватность применяемых знаний ситуации; рациональность используемых подходов
сформированности профессионально значимых личностных качеств	степень проявления необходимых качеств
сформированности системы ценностей/отношений	степень значимости определенных ценностей; проявленное отношение к определенным объектам, ситуациям
коммуникативных умений	умение поддерживать и активизировать беседу; корректное поведение и др.

При подготовке к собеседованию необходимо самостоятельно систематизировать и концептуализировать учебный материал. Во время собеседования студенты должны показать знания основных понятий и теорий изучаемого курса, умение последовательно и грамотно излагать учебный материал.

### **Инструкция по подготовке реферата**

*Реферат* представляет собой итог самостоятельного изучения одной (монографический реферат) или нескольких (обзорный реферат) научных работ и должен отражать их основное содержание. При написании реферата студент должен отразить главное в научном тексте, видеть проблемы, которым посвящена работа, а также пути и способы их решения.

Реферат должен иметь четкую структуру:

7. Введение (важность, актуальность проблемы).
8. Основная часть (содержание работы, книги).
9. Заключение (выводы, обобщения).

Реферат отражает обзор изученной литературы в сопоставлении, сравнении, определении аспектов работы. Реферат оценивается преподавателем с учетом требований, предъявляемых к рефератам:

7. Объем реферата не менее 15 страниц в текстовом редакторе Microsoft Word.
8. Формат полосы набора: размер бумаги А4; поля: верхнее и нижнее – 2 см, левое – 3 см, правое – 1,5 см; переплет – 0 см; абзац (отступ) – 1,25 см; текст печатается через 1,5 межстрочный интервал, выравнивание по ширине; Шрифт - Times New Roman Сур 14.

9. Порядок расположения:

1-й лист: Титульный (название университета; кафедры; дисциплины, по которой выполняется реферат; название реферата; фамилия и инициалы студента, выполнившего реферат; фамилия и инициалы преподавателя, проверившего реферат; год выполнения реферата).

2-й лист: Оглавление (план реферата, введение, основная часть, заключение. Введение и заключение не нумеруются).

3-й и последующие листы: Содержание реферата;

Последний лист: Библиографический список использованной литературы (оформляется в соответствии с требованиями: по алфавитному порядку, с указанием автора книги, названия книги, год издательства, количество страниц).

## **4.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение курса**

### **Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

#### ***а) основная литература***

1. Германов Г.Н. Двигательные способности и навыки. Разделы теории физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов-бакалавров и магистров высших учебных заведений по направлениям подготовки 49.03.01, 49.04.01 «Физическая культура» и 44.03.01, 44.04.01 «Педагогическое образование»/ Германов Г.Н.— Электрон. текстовые данные.— Воронеж: Элист, 2017.— 303 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/52019>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

2. Физическая культура как один из аспектов составляющих здоровый образ жизни студентов [Электронный ресурс] / С. Ю. Татарова, В. Б. Татаров - Москва: Научный консультант, 2017. - 211 с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/75150.html>

#### ***б) дополнительная литература***

1. Миллер Л.Л. Спортивная медицина [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Миллер Л.Л.— Электрон. текстовые данные.— М.: Человек, 2015.— 184 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/27601> .— ЭБС «IPRbooks», по паролю

2. Физкультурно-спортивная деятельность как фактор повышения эффективности учебного процесса в школе: к изучению дисциплины / Е. Н. Харитонова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, 2007, № 4. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40768> .— ЭБС «IPRbooks», по паролю

3. Компетенции учителя физической культуры в обеспечении здоровьесбережения учащихся: к изучению дисциплины / Г. Н. Сериков, С. Г. Сериков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, 2008, №3 .; с. 65-69.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40768> .— ЭБС «IPRbooks», по паролю

4. Программно - нормативные основы формирования личности детей дошкольного возраста средствами физического воспитания: к изучению дисциплины / Ю. К. Чернышенко, В. А.

Баландин // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, 2009, №4 .; с. 10-12.—  
Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40768> .— ЭБС «IPRbooks», по паролю

*в) перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и ЭБС:*

1. ЭБС IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru/>

*2) информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:*

При проведении учебных занятий и самостоятельной подготовке обучающихся в зависимости от материально-технической базы аудитории используется следующее лицензионное программное обеспечение:

- для обеспечения работы персонального компьютера (ноутбука) операционная система Microsoft Windows XP, 7, 8.1 или Linux на базе ядра версии 3.0 или более позднего (OpenSuse или Calculate Linux);
- для работы с текстовыми документами Microsoft Office Word, Libre Office Writer или WPS Writer;
- для демонстрации мультимедийных презентаций: Microsoft Office Power Point, Libre Office Impress или WPS Presentation;
- для работы с электронными таблицами: Microsoft Excel, Libre Office Calc или WPS Spreadsheets;
- для работы с графическими файлами: Adobe Photoshop, Microsoft Paint или GIMP;
- для работы в сети Internet: Internet Microsoft Internet Explorer, Mozilla Firefox или Google Chrome;
- для подготовки материалов для интерактивной доски: ПО Notebook
- для написания программного кода: Borland Delphi, ABC Pascal или Lazarus

В качестве справочных систем используются:

- Справочно-правовая система “Консультант Плюс”,
- Справочно-правовая система “Гарант” в локальном или сетевом исполнении.

Базы данных:

Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU

#### **4. 3. Материально-техническая база:**

Перечень материально-технического обеспечения, необходимого для реализации программы, включает в себя:

**Специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации**

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
<p>646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд.№ 38, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации</p>	<p>- Рабочее место преподавателя; - 28 учебных мест для обучающихся; - Доска ДА-32(к) – 1 ед.; - Интерактивная панель GECKOTOUCH INTERACTIVE – 1 ед.; - Образовательный интерактивный пол «Floorium Adaptive» - 1 шт.; - Программное обеспечение «Информационный терминал UTSkids 43”» - 1 шт.; - Интерактивная песочница iSandBox – 1 шт.; Интерактивный образовательный комплекс «Играй и Развивайся» - 1 шт. «Центр» модель Творческая лаборатория (для детей) – 1 шт.</p>

### Специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд. № 21, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Рабочее место преподавателя;</li> <li>- 20 мест для обучающихся;</li> <li>- Компьютеры: количество – 11 ед.;</li> <li>- Доска ДА-32(к) классная – 1 шт.;</li> <li>- Интерактивная панель GECKOTOUCH INTERACTIVE – 1 ед.;</li> <li>- VR HTC Vive – 4 ед.;</li> <li>- Перворобот LEGO Wedo Education – 1 шт.</li> <li>- Базовый набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.;</li> <li>- Расширенный набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.;</li> <li>- Lego Education Spike Essential – 4 шт.;</li> <li>- Lego Education Spike Prime – 4 шт.;</li> <li>- HIWONDER SPIDERBOT – 2 шт.;</li> <li>- Квадрокоптер Ryze Tello – 5 шт.4</li> <li>- Учебная модульная станция Dobot MOOZ 3DF Plus – 2 шт.</li> </ul>

Все указанные специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду вуза (<http://edu.omgpu.ru/>).

### Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
Кабинет № 20 учебного корпуса Филиала ОмГПУ в г.Таре (ул. Школьная, 69) Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Стол письменный – 3 ед.;</li> <li>- Стул – 3 ед.;</li> <li>- Ноутбук HP – 1 ед.;</li> <li>- Персональный компьютер – 1 шт.</li> <li>- Видеокамера Sony HDR-SR10E – 2 ед.</li> <li>- Видеокамера Panasonic HC-V760 – 2 ед.;</li> <li>- Принтер Canon – 1 шт.;</li> <li>- Принтер Epson – 2 шт.</li> </ul>

#### 4.4. Образовательные технологии, используемые при изучении дисциплины

При изучении дисциплины основная роль отводится системно-деятельностному, личностно-ориентированному подходам, технологии повышения мотивационного потенциала к занятиям физической культурой.

#### 4.5. Описание оценочных материалов, используемых при промежуточной аттестации

Вид промежуточной аттестации	Краткая характеристика КИМ	ФИО ППС, ответственных за разработку КИМ
Экзамен	<p style="text-align: center;"><b>Вопросы к экзамену</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Правовые акты международного спортивного движения и их общая характеристика.</li> <li>2. Основные положения международной хартии "Физического воспитания испорта".</li> <li>3. Конституционные и законодательные положения в области физической культуры и спорта.</li> </ol>	Попов Е.В.

	<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Цели и задачи Федерального закона "О физической культуре и спорте в Российской Федерации".</li> <li>5. Принципы государственной политики и меры государственной поддержки в</li> <li>6. области физической культуры и спорта.</li> <li>7. Компетенция Федерального органа управления физической культурой и спортом и органов управления физической культурой и спортом субъектов Российской Федерации.</li> <li>8. Субъекты физкультурно-спортивного движения в Российской Федерации.</li> <li>9. Статус общественных объединений физкультурно-спортивной направленности.</li> <li>10. Лицензирование видов деятельности и сертификация продукции и услуг в области физической культуры и спорта.</li> <li>11. Правовое регулирование физического воспитания и спорта среди учащейся молодежи в федеральных законах Российской Федерации.</li> <li>12. Нормативно-правовое обеспечение процесса физического воспитания и спорта в образовательных учреждениях.</li> <li>13. Правовые аспекты физической подготовки в Вооруженных силах Российской Федерации и органах Министерства внутренних дел России.</li> <li>14. Физкультурно-оздоровительная и спортивная работа, деятельность спортивных клубов.</li> <li>15. Физическая подготовка граждан допризывного возраста.</li> <li>16. Права и обязанности органов здравоохранения в развитии физической культуры и спорта.</li> <li>17. Правовые вопросы социальной реабилитации в области физической культуры и спорта.</li> <li>18. Меры безопасности, охраны здоровья, чести и достоинства граждан в процессе физического воспитания, на спортивных соревнованиях и физкультурно-спортивных зрелищных мероприятиях.</li> <li>19. Правовые вопросы страхования в спорте.</li> <li>20. Гражданско-правовой договор в области физической культуры и спорта.</li> <li>21. Особенности педагогической деятельности в области физической культуры и спорта.</li> <li>22. Статус спортсмена, входящего в состав сборной команды Российской Федерации.</li> <li>23. Оплата труда работников физической культуры в Единой тарифной сетке.</li> <li>24. Структура трудового договора (контракта) в спортивной деятельности.</li> <li>25. Защита прав потребителей при оказании услуг физкультурно-оздоровительного и спортивного характера.</li> <li>26. Спонсорская деятельность и налогообложение в спорте.</li> <li>27. Правовое регулирование хозяйственных отношений физкультурно-спортивных организаций.</li> <li>28. Правовая основа подготовки и финансирования спортсменов высокого класса.</li> </ol>	
--	---	--



МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
филиал Федерального государственного бюджетного образовательного  
учреждения высшего образования  
«Омский государственный педагогический университет» в г. Таре  
(Филиал ОмГПУ в г. Таре)



Утверждаю  
Председатель Учебно-методического совета:  
директор Филиала Л.П. Берестовская  
«15» октября 2024 г., протокол № 3

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### История физической культуры и спорта

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки

«Физкультурное образование»

Программа составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования от 22.02.2018 №121 и с учётом требований Профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» от 18.10.2013 №544н

Составитель:  
Демидович Е.А., к.п.н., доцент кафедры педагогики и развития образования

Тара, 2024

## 1. Общая характеристика РПД

Название дисциплины «История физической культуры и спорта»

Форма обучения: очная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Общая трудоёмкость учебной дисциплины для слушателей: 24 (час.),

в том числе, по видам учебных занятий, из них:

- лекций – 2 ак. час.
- практических занятий – 2 ак. час.

Объём самостоятельной работы обучающихся – 20 ак.ч.

Форма промежуточной аттестации: зачёт

Дисциплина «История физической культуры и спорта» включена в дополнительную профессиональную программу профессиональной переподготовки (далее ДПП ПП) «Физкультурное образование».

**Цель дисциплины:** содействие становлению профессиональной компетентности слушателей через осознание социальной значимости профессии в сфере физической культуры и спорта и повышению своего культурного уровня и национальной гордости..

Вид деятельности / обобщённая трудовая функция	Профессиональная компетенция / трудовая функция	Умения / необходимые умения	Знания / необходимые знания
ПД <sub>1</sub> Педагогическая деятельность (ОТФ <sub>3.1</sub> ) Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования)	ПК 1.1 / ОПК-1, ОПК-2, ОПК-5 Способен к осуществлению разработки и реализации программ учебных дисциплин в образовательных организациях / ТФ <sub>1</sub> Общепедагогическая функция. Обучение	Разрабатывать и проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения	отдельные социальные и ценностные основы профессиональной деятельности в сфере образования, некоторые способы профессионального самопознания и саморазвития;
	ПК 1.2 / ОПК 4 Способен к реализации современных форм и методов воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности / ТФ <sub>2</sub> Воспитательная деятельность	Владеть методами убеждения, аргументации своей позиции; диагностировать причины конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения	определять отдельные контексты (правовые, социальные, культурные, национальные) педагогической деятельности, отбирать отдельные методы профессионального самопознания и применять некоторые приемы саморазвития;
	ПК 1.3 / ОПК-8 Способен к формированию и реализации программ развития универсальных учебных действий, образцов и ценностей социального	Устанавливать контакты с обучающимися разного возраста и их родителями (законными представителями), другими педагогическими и иными работниками	отдельными навыками рефлексии, самооценки, самоконтроля, способами диагностики и совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования отдельных возможностей

	поведения, толерантности и позитивных образцов поликультурного общения / ТФ <sub>3</sub> Развивающая деятельность		информационной среды образовательного учреждения, региона, области, страны.
--	---	--	--

## 2. Содержание дисциплины

### 2.1. Принципы отбора содержания и организации учебного материала

- соответствия содержания уровню развития современной науки, практики, основным требованиям развивающегося демократического общества
- учёта единства содержательной и процессуальной сторон обучения
- структурной целостности содержания с учетом индивидуальных потребностей слушателей
- достаточности содержания для формирования у слушателя профессиональных компетенций, выполнения трудовых функций, предусмотренных ДПП ПП.

### 2.2 Междисциплинарные связи дисциплины

Дисциплина «История физической культуры и спорта» связана с такими учебными дисциплинами, как «Теория физической культуры и спорта» и «Базовые и новые виды физической культуры и спорта».

### 2.3 Тематический план дисциплины

№	Тема (раздел) дисциплины	Всего академических часов	В том числе, по видам занятий		Самостоятельная работа слушателей
			Лекции	Практически е занятия	
1	История физической культуры и спорта: предмет, задачи и место в жизни общества и личности	5,5	0,5		5
2	Физическая культура и спорт в Древнем мире. Физическая культура в первобытном и рабовладельческом обществе.	6	0,5	0,5	5
3	Физическая культура в странах Востока и в средние века	6	0,5	0,5	5
4	Физическая культура с середины XVII века до второй половины XIX века. Физическая культура в зарубежных странах середины XIX века до конца XX века	6,5	0,5	1	5
ИТОГО:		24	2	2	20

## 2.4 Основное содержание тем

**Тема 1. «История физической культуры и спорта: предмет, задачи и место в жизни общества и личности».**

Физическая культура и спорт в жизни общества и личности. Предмет и задачи истории физической культуры и спорта. Историческая обусловленность происхождения различных систем физического воспитания, происхождение физической культуры, анализ различных теорий возникновения и развития физического воспитания. Связь истории физической культуры и спорта с другими науками, основные методы ее познания.

**Тема 2. «Физическая культура и спорт в Древнем мире. Физическая культура в первобытном и рабовладельческом обществе».**

Происхождение физических упражнений и игр. Физическая культура в родовом обществе и в период разложения первобытного общества. Физическая культура в рабовладельческом обществе. Физическая культура в Древней Греции и Древнем Риме. Древнегреческие Олимпийские игры.

**Тема 3. «Физическая культура в странах Востока и в средние века».**

Физическая культура на этапе раннего средневековья. (5-9 в). Влияние стран завоевателей, роль религии в создании феодальных форм физической культуры. Физическая культура на этапе развитого средневековья. (10-14 в). Проблемы физического воспитания крестьян в период средневековья. Факторы, повлиявшие на развитие физической культуры в средневековых городах. Вопросы физического воспитания и пути их решения в педагогических теориях гуманистов Средневековья. Физическое воспитание в педагогической системе Джона Локка. Нормы, формы и средства военно-физической подготовки рыцарей. Физическая культура в эпоху Возрождения (15-17в). Попытки введения физической культуры в учебные заведения. Восточные системы физической культуры как часть общей культуры и образа жизни с философской и морально-этической базой. Истоки религиозной и философской йоги. История возникновения ушу. Различные школы ушу. Создание международной федерации ушу. Истоки религиозной, философской и хатха-йоги. История возникновения и разновидности ушу, различные школы ушу. различные школы ушу: развитие ушу на примере шаолиньской школы, развитие ушу в России на современном этапе истории. Гимнастика ушу-тайцзицюань: история развития, различные школы тайцзицюань, лечебный эффект гимнастики. Возникновение и развитие карате-до. Возникновение и развитие джиу-джитсу. Истоки зарождения таэквон-до.

**Тема 4. «Физическая культура с середины XVII века до второй половины XIX века. Физическая культура в зарубежных странах середины XIX века до конца XX века».**

Создание теоретических основ физической культуры (Ж.Ж Руссо, И.Песталоцци, Г.Фит, И.Гутс-Мутс). Возникновение национальных гимнастических систем: немецкое гимнастическое (турнерское) движение; шведская гимнастическая система; французская система гимнастики. Спортивно-игровые системы физического воспитания в Англии и США. Философия Герберта Спенсера, Фридриха Ницше, Джорджа Деломене. Сокольская гимнастика. Метод естественной гимнастики. Модернизированная шведская гимнастика как основа «основной гимнастики». Бойскаутское движение. Милитаризация физического воспитания в межвоенный период. Профессиональная прикладная физическая подготовка. Физическое воспитание и спорт в США.

## 2.5 Основные понятия (тезаурус)

**История физической культуры и спорта** – это научная и учебная дисциплина, которая изучает общие закономерности возникновения, становления и развития физической культуры с древнейших времен до наших дней. Сюда входят физические упражнения, физическое воспитание, спорт и т.д.

**Физическая культура** – это совокупность материальных и духовных ценностей общества, создаваемых и используемых для физического совершенствования людей.

**Спорт** – составная часть физической культуры, исторически сложившаяся в форме соревновательной деятельности и специальной практики подготовки человека к соревнованиям.

**Физическое воспитание** – это целенаправленный педагогический процесс физической подготовки.

## 2.6 Организация самостоятельной работы слушателей

Самостоятельная работа слушателя организуется в форме самоподготовки к лекционным и практическим занятиям.

№	Тема	Задания для самостоятельной работы	Источники, средства электронной поддержки	Форма контроля
1	История физической культуры и спорта: предмет, задачи и место в жизни общества и личности	Вопросы для самоконтроля. Подготовка реферата.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Собеседование по вопросам. Реферат.
2	Физическая культура и спорт в Древнем мире. Физическая культура в первобытном и рабовладельческом обществе.	Вопросы для самоконтроля. Подготовка презентации.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Собеседование по вопросам. Презентация
3	Физическая культура в странах Востока и в средние века	Вопросы для самоконтроля. Практические задания	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Собеседование по вопросам. Практические задания.
4	Физическая культура с середины XVII века до второй половины XIX века. Физическая культура в зарубежных странах середины XIX века до конца XX века	Вопросы для самоконтроля. Практические задания.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Практические задания.

## 3. Фонд оценочных средств для аттестации по дисциплине

### 3.1. КИМ для текущего контроля

#### Семинар 1. «Введение. Физическая культура в древнем мире и рабовладельческом обществе»

**Цель занятия:** изучить и проанализировать особенности развития физической культуры и спорта в древнем и рабовладельческом обществе.

**Вопросы для обсуждения:**

1. Предмет истории физической культуры и Спорта.
2. Периодизация истории физической культуры.
3. Физическое воспитание возникновение и обособление от физического труда.
4. Физическая культура в рабовладельческом обществе: физическая культура в Древней Месопотамии, в Древнем Египте, Древней Греции (Афины, Спарта), Древнем Риме.

**Практические задания:**

1. Подготовить презентацию по следующим вопросам (работа в парах):
  - Жизнь первобытного общества. Возникновение физических упражнений.
  - Военная физическая подготовка воина, Олимпийские игры на территории Греции.
  - Физическая культура в период древне-римской республики. Римские и Плебейские игры, развитие зрелищ.
    - Средневековые игры и упражнения в народном быту. Физическая подготовка народных ополченцев.
    - Рассуждение Рамбольдини Витторино да Фельтре (1378-1446) – о возрождении в области педагогики.
    - Теории возникновения и развития физической культуры в первобытном обществе.
    - Значение физической культуры древней Греции для формирования современной концепции физического воспитания. Роль древнегреческих Олимпийских игр для современно Олимпийского движения.
    - Особенности физической культуры в Древнем Риме.

## «Физическая культура в странах Востока и в средние века»

**Цель занятия:** изучить и проанализировать особенности развития физической культуры и спорта в средние века.

### Вопросы для обсуждения:

1. Физическая культура на этапе раннего средневековья.(5-9 в). Влияние стран завоевателей, роль религии в создании феодальных форм физической культуры
2. Физическая культура на этапе развитого средневековья. (10-14 в). Проблемы физического воспитания крестьян в период средневековья. Факторы, повлиявшие на развитие физической культуры в средневековых городах.
3. Вопросы физического воспитания и пути их решения в педагогических теориях гуманистов Средневековья.
4. Физическое воспитание в педагогической системе Джона Локка. Нормы, формы и средства военно-физической подготовки рыцарей.
5. Физическая культура в эпоху Возрождения (15-17в)
6. Попытки введения физической культуры в учебные заведения.
7. Истоки религиозной и философской йоги.
8. История возникновения ушу. Различные школы ушу. Создание международной федерации ушу.
9. Восточные системы физической подготовки как часть общественной культуры и образа жизни с морально-этической и философской базой.
10. Истоки религиозной, философской и хатха-йоги.
11. История возникновения и разновидности ушу, различные школы ушу. различные школы ушу: развитие ушу на примере шаолиньской школы, развитие ушу в России на современном этапе истории.
12. Гимнастика ушу-тайцзицюань: история развития, различные школы тайцзицюань, лечебный эффект гимнастики.
13. Возникновение и развитие карате-до.
14. Возникновение и развитие джиу-джитсу.
15. Истоки зарождения таэквон-до.

### Практические задания:

1. Составьте таблицу о физической культуре в государствах Востока (виды единоборств: йога, ушу, шаолинь, самоз, кэмпо-Россия) и проанализируйте ее.

## «Физическая культура с середины XVII века до второй половины XIX века.

### Физическая культура в зарубежных странах середины XIX века до конца XX века»

**Цель занятия:** изучить и проанализировать особенности развития физической культуры и спорта с середины XVII века до второй половины XIX века; физическая культура в зарубежных странах середины XIX века до конца XX века

### Вопросы для обсуждения:

1. Создание теоретических основ физической культуры (Ж.Ж Руссо, И.Песталоцци, Г.Фит, И.Гутс-Мутс).
2. Возникновение национальных гимнастических систем: немецкое гимнастическое (турнерское) движение; шведская гимнастическая система; французская система гимнастики.
3. Спортивно-игровые системы физического воспитания в Англии и США.
4. Философия Герберта Спенсера, Фридриха Ницше, Джорджа Деломе. Сокольская гимнастика.
5. Метод естественной гимнастики.
6. Модернизированная шведская гимнастики как основа «основной гимнастики».
7. Бойскаутское движение.
8. Милитаризация физического воспитания в межвоенный период.
9. Профессиональная прикладная физическая подготовка.
10. Физическое воспитание и спорт в США.

### Практические задания:

1. Составить таблицу основных систем физического воспитания в Новое время:

Название Систем	Авторы систем	Цели и задачи системы	Средства и методы физического	Снаряды, оборудование инвентарь
-----------------	---------------	-----------------------	-------------------------------	---------------------------------

			ВОСПИТАНИЯ	

### 3.2 КИМ для промежуточного контроля

#### Темы рефератов:

1. Пьер де Кубертен. Общественный деятель, педагог, просветитель.
2. От Олимпийской идеи – к практике Олимпийского движения. Игры I Олимпиады (Афины, апрель 1896г.)
3. МОК и его президенты. Олимпийские конгрессы.
4. Международное спортивное и Олимпийское движение во второй половине XX в.
5. Физическая культура и спорт США.
6. Развитие физической культуры и спорта высших достижений за рубежом (на примере нескольких стран по выбору).
7. Успехи советских спортсменов и рост авторитета советского спорта на международной арене во второй половине XX века.
8. Советское физкультурное движение. Спартакиады народов СССР – смотр достижений советского физкультурного движения.
9. Создание Олимпийского комитета СССР и дебют советских спортсменов на летних и зимних Олимпийских играх.
10. Игры XXI Олимпиады в Москве 1980г. – новый этап в олимпийском движении.
11. Анализ выступлений советских спортсменов на летних и зимних Олимпийских играх в 50 - 80-е гг.
12. Физическая культура и спорт в России после распада СССР.
13. Создание Олимпийского комитета России в августе 1992 г.
14. Участие спортсменов России в Играх Олимпиад в Барселоне (1992г.), Атланте (1996г.) и Сиднее (2000г).
15. Участие и итоги выступления российских спортсменов в Зимних Олимпийских играх в Альбервилле (1992), Лиллехаммере (1994), Нагано (1998), Солт-Лейк-Сити (2002).
16. Хронологическая таблица истории физической культуры и спорта.
17. Программа олимпийских игр по легкой атлетике. Выдающиеся легкоатлеты XX столетия.
18. Плавание как олимпийский вид программы.
19. Лыжный спорт и биатлон. История развития. Чемпионаты мира.
20. Спортивные игры на летних Олимпийских играх.
21. Спортивные игры в программе зимних Олимпийских игр.
22. Десять наиболее выдающихся отечественных спортсменов – победителей олимпийских соревнований.

#### Презентация:

- Жизнь первобытного общества. Возникновение физических упражнений.
- Военная физическая подготовка воина, Олимпийские игры на территории Греции.
- Физическая культура в период древне-римской республики. Римские и Плебейские игры, развитие зрелищ.
- Средневековые игры и упражнения в народном быту. Физическая подготовка народных ополченцев.
- Рассуждение Рамбольдини Витторино да Фельтре (1378-1446) – о возрождении в области педагогики.
- Теории возникновения и развития физической культуры в первобытном обществе.
- Значение физической культуры древней Греции для формирования современной концепции физического воспитания. Роль древнегреческих Олимпийских игр для современно Олимпийского движения.
- Особенности физической культуры в Древнем Риме.

#### Вопросы для самоконтроля:

1. Характеристика различных теорий происхождения физических упражнений и игр.
2. Сравнительный анализ Афинской и Спартанской систем физического воспитания.
3. Физическая подготовка в гладиаторских школах.
4. Олимпийские игры Древней Греции.

5. Развитие педагогических идей физического воспитания в эпоху Возрождения.
6. Причины возникновения и развития национальных систем физического воспитания в начале XIX века в Германии, Швеции, Франции
7. Любительский и профессиональный спорт в Новое время (XVIII- начало XX века).
8. Учение П. Ф. Лесгафта о физическом образовании и его педагогическая деятельность.
9. Исторические предпосылки возникновения международного спортивного и олимпийского движения.
10. Деятельность Пьера де Кубертена в создании Международного олимпийского движения.
11. Первые олимпийские старты российских спортсменов.
12. Становление и развитие советской школы спорта.
13. История создания физкультурного комплекса ГТО, его значение для развития физической культуры
14. Создание спортивных клубов и развитие спорта во второй половине XIX века.
15. Развитие спорта и участие российских спортсменов в международных соревнованиях в начале XX века.
16. Советские спортсмены на Олимпийских играх.
17. Профессионализация спорта.
18. Спортсмены России на Играх Олимпиад и Олимпийских зимних играх.
19. Тенденции развития физической культуры и спорта в конце XX - начале XXI века.
20. Роль спорта в системе реабилитации инвалидов.

### 3.3 Организация промежуточной аттестации по дисциплине

Формой промежуточной аттестации по дисциплине «История физической культуры и спорта» является зачёт.

### 3.4.Критерии оценивания

Шкала оценивания	Критерии оценки
	Зачёт
«Зачтено»	В процессе изучения дисциплины студент в полном объёме освоил виды учебной деятельности, предусмотренные программой
«Не зачтено»	В процессе изучения дисциплины студент не в полном объёме освоил виды учебной деятельности, предусмотренные программой

## 4. Организационно-педагогические условия реализации РПД

### 4.1. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Подготовку к семинарскому занятию следует начинать с изучения лекционных материалов и рекомендованной литературы по теме.

При подборе материалов для выступления необходимо ориентироваться на различные источники информации, отражающие проблематику семинара. Отобранные студентами материалы должны быть логически выстроены, ранжированы по степени значимости и по возможности промаркированы. Предварительная работа студентов может быть направлена на создание презентаций, схем, кластеров и других графических моделей, способствующих визуализации, структурированию и обобщению учебного материала.

Результатом самостоятельной работы по подготовке к семинарскому занятию должна стать готовность студентов к публичному выступлению и анализу содержания предложенных текстов.

В обсуждении содержания семинара участникам необходимо ориентироваться на выступления оценочного характера, возможность раскрытия и обоснования различных точек зрения на проблематику занятия, а также коллективный характер поиска ответов на поставленные вопросы.

Критерии оценки:

- содержательность материалов выступления;
- структурированность текстов;
- осознанность и адекватность понимания текстов;
- терминологическая корректность выступления;
- аргументированность суждений, выводов;



– наличие подготовленной визуальной информации;

– активность участия в дискуссии

Самостоятельная работа студентов организуется на основе выполнения заданий по материалам лекций и подготовки к семинарским занятиям в микрогруппах:

### **Инструкция по работе на семинаре (устный ответ)**

Семинарские занятия – неотъемлемая составляющая практической работы студентов в вузе. Она нужна для развития таких навыков, как рассуждение, доказательство точки зрения и ведение диалога.

Во время семинара каждый должен принимать активное участие.

При оценке устных ответов студентов по дисциплине учитываются следующие критерии:

1) Знание основных процессов изучаемой предметной области, глубина и полнота раскрытия вопроса.

2) Владение терминологическим аппаратом и использование его при ответе.

3) Умение объяснить сущность явлений, событий, процессов, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы.

4) Владение монологической речью, логичность и последовательность ответа, умение отвечать на поставленные вопросы, выражать свое мнение по обсуждаемой проблеме.

Приступая к подготовке семинарского занятия необходимо проанализировать изучаемую тему, выделить цели и основные проблемы, которые выносятся на обсуждение. Следующим шагом должно стать изучение лекционного материала, данного преподавателем. Однако, несмотря на подробное изложение материала на лекции, не всегда можно детально рассмотреть все вопросы, касающиеся данной темы. Именно поэтому студенту необходимо изучить рекомендованную литературу по теме.

В процессе работы на семинаре необходимо четко и ясно излагать свои мысли и слушать выступления других участников, а при несогласии с чьим-то мнением не бояться критиковать, но подтверждать свои высказывания аргументами.

Текущий контроль осуществляется в виде индивидуальных устных опросов на семинарском занятии. Устный ответ должен быть изложен студентом объемно и точно. При оценивании ответа студента преподаватель использует несколько основных критериев: самостоятельный ответ (без чтения конспекта); оперирование при ответе ссылками на различные теоретические и фундаментальные исследования, относящимися к теме; понимание студентом всех используемых при ответе категорий и понятий; ответы на дополнительные вопросы преподавателя или других студентов. Допускается разумная опора на конспект или таблицу, сделанные студентом во время самостоятельной работы.

### **Инструкция по подготовке к собеседованию**

Собеседование проводится после изучения всех тем дисциплины. Собеседование – средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу.

Критерии оценки при собеседовании

Цель собеседования: оценка	Критерии оценки результатов
усвоения знаний	глубина, прочность, систематичность знаний
умений применять знания	адекватность применяемых знаний ситуации; рациональность используемых подходов
сформированности профессионально значимых личностных качеств	степень проявления необходимых качеств
сформированности системы ценностей/отношений	степень значимости определенных ценностей; проявленное отношение к определенным объектам, ситуациям
коммуникативных умений	умение поддерживать и активизировать беседу; корректное поведение и др.

При подготовке к собеседованию необходимо самостоятельно систематизировать и концептуализировать учебный материал. Во время собеседования студенты должны показать

знания основных понятий и теорий изучаемого курса, умение последовательно и грамотно излагать учебный материал.

### Инструкция по подготовке реферата

*Реферат* представляет собой итог самостоятельного изучения одной (монографический реферат) или нескольких (обзорный реферат) научных работ и должен отражать их основное содержание. При написании реферата студент должен отразить главное в научном тексте, видеть проблемы, которым посвящена работа, а также пути и способы их решения.

Реферат должен иметь четкую структуру:

10. Введение (важность, актуальность проблемы).

11. Основная часть (содержание работы, книги).

12. Заключение (выводы, обобщения).

Реферат отражает обзор изученной литературы в сопоставлении, сравнении, определении аспектов работы. Реферат оценивается преподавателем с учетом требований, предъявляемых к рефератам:

10. Объем реферата не менее 15 страниц в текстовом редакторе Microsoft Word.

11. Формат полосы набора: размер бумаги А4; поля: верхнее и нижнее – 2 см, левое – 3 см, правое – 1,5 см; переплет – 0 см; абзац (отступ) – 1,25 см; текст печатается через 1,5 межстрочный интервал, выравнивание по ширине; Шрифт - Times New Roman Cyr 14.

12. Порядок расположения:

1-й лист: Титульный (название университета; кафедры; дисциплины, по которой выполняется реферат; название реферата; фамилия и инициалы студента, выполнившего реферат; фамилия и инициалы преподавателя, проверившего реферат; год выполнения реферата).

2-й лист: Оглавление (план реферата, введение, основная часть, заключение. Введение и заключение не нумеруются).

3-й и последующие листы: Содержание реферата;

Последний лист: Библиографический список использованной литературы (оформляется в соответствии с требованиями: по алфавитному порядку, с указанием автора книги, названия книги, год издательства, количество страниц).

### Требования к созданию презентаций:

Название критерия	Оцениваемые параметры
Тема презентации	Соответствие темы программе учебного предмета, раздела
Дидактические и методические цели и задачи презентации	Соответствие целей поставленной теме Достижение поставленных целей и задач
Выделение основных идей презентации	Соответствие целям и задачам Содержание умозаключений Вызывают ли интерес у аудитории Количество (рекомендуется для запоминания аудиторией не более 4-5)
Содержание	Достоверная информация об исторических справках и текущих событиях Все заключения подтверждены достоверными источниками Язык изложения материала понятен аудитории Актуальность, точность и полезность содержания
Подбор информации для создания проекта – презентации	Графические иллюстрации для презентации Статистика Диаграммы и графики Экспертные оценки Ресурсы Интернет Примеры Сравнения Цитаты и т.д.
Подача материала проекта – презентации	Хронология Приоритет Тематическая последовательность Структура по принципу «проблема-решение»
Логика и переходы во время проекта – презентации	От вступления к основной части От одной основной идеи (части) к другой От одного слайда к другому Гиперссылки
Заключение	Яркое высказывание - переход к заключению Повторение основных целей и задач выступления Выводы Подведение итогов Короткое и запоминающееся высказывание в конце
Дизайн презентации	Шрифт (читаемость) Корректно ли выбран цвет (фона, шрифта, заголовков) Элементы анимации

#### 4.2 Учебно-методическое и информационное обеспечение курса

##### а) основная литература:

1. Мельникова, Н. Ю. История физической культуры и спорта : учебник / Н. Ю. Мельникова, А. В. Трескин ; под редакцией Н. Ю. Мельникова. — 2-е изд. — Москва : Издательство «Спорт», 2017. — 432 с. — ISBN 978-5-906839-97-8. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/79433.html> (дата обращения: 11.11.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Теория физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Парыгина О. В. - Москва: Московская государственная академия водного транспорта, 2019. - 131с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/97326.html>

##### б) дополнительная литература:

1. Марченко А.Л. История физической культуры. История развития физической культуры в зарубежных странах [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Марченко А.Л.— Электрон. текстовые данные.— Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2012.— 193 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22301>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

2. Германов Г.Н. История, теория и организация физической культуры и спорта. 150 вопросов абитуриенту [Электронный ресурс]: ответы и самоконтроль. Учебное пособие для абитуриентов/ Германов Г.Н., Злобина М.Е., Хомяк П.А.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2015.— 365 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/27256>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

3. Агеева Е.Ю. Большепролетные спортивные сооружения. Архитектурные и конструктивные особенности [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Агеева Е.Ю., Филиппова М.А.— Электрон. текстовые данные.— Нижний Новгород: Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2014.— 84 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/30796>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

##### в) перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и ЭБС.

1). ЭБС IPRbooks- <http://www.iprbookshop.ru/>

2). Российская государственная библиотека - <http://www.rsl.ru/>

г) **информационные технологии**, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

При проведении учебных занятий и самостоятельной подготовке обучающихся в зависимости от материально-технической базы аудитории используется следующее лицензионное программное обеспечение:

- для обеспечения работы персонального компьютера (ноутбука) операционная система Microsoft Windows XP, 7, 8.1 или Linux на базе ядра версии 3.0 или более позднего (OpenSuse или CalculateLinux);

- для работы с текстовыми документами Microsoft Office Word, LibreOffice Writer или WPS Writer;

- для демонстрации мультимедийных презентаций: Microsoft Office Power Point, Libre Office Impress или WPS Presentation;

- для работы с электронными таблицами: Microsoft Excel, Libre Office Calc или WPS Spreadsheets;

- для работы с графическими файлами: Adobe Photoshop, Microsoft Paint или GIMP;

- для работы в сети Internet: Internet Microsoft Internet Explorer, Mozilla Firefox или Google Chrome;

- для подготовки материалов для интерактивной доски: ПО Notebook

- для написания программного кода: Borland Delphi, ABC Pascal или Lazarus

В качестве справочных систем используются:

- Справочно-правовая система “Консультант Плюс”,

- Справочно-правовая система “Гарант” в локальном или сетевом исполнении.

Базы данных:

#### 4. 3. Материально-техническая база:

Перечень материально-технического обеспечения, необходимого для реализации программы, включает в себя:

**Специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации**

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд.№ 38, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	- Рабочее место преподавателя; - 28 учебных мест для обучающихся; - Доска ДА-32(к) – 1 ед.; - Интерактивная панель GECKOTOUCH INTERACTIVE – 1 ед.; - Образовательный интерактивный пол «Floorium Adaptive» - 1 шт.; - Программное обеспечение «Информационный терминал UTSkids 43”» - 1 шт.; - Интерактивная песочница iSandBox – 1 шт.; Интерактивный образовательный комплекс «Играй и Развивайся» - 1 шт. «Центр» модель Творческая лаборатория (для детей) – 1 шт.

#### Специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд. № 21, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	- Рабочее место преподавателя; - 20 мест для обучающихся; - Компьютеры: количество – 11 ед., - Доска ДА-32(к) классная – 1 шт.; - Интерактивная панель GECKOTOUCH INTERACTIVE – 1 ед.; - VR HTC Vive – 4 ед.; - Перворобот LEGO Wedo Education – 1 шт. - Базовый набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.; - Расширенный набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.; - Lego Education Spike Essential – 4 шт.; - Lego Education Spike Prime – 4 шт.; - HIWONDER SPIDERBOT – 2 шт.; - Квадрокоптер Ryze Tello – 5 шт.4 - Учебная модульная станция Dobot MOOZ 3DF Plus – 2 шт.

Все указанные специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду вуза (<http://edu.omgpu.ru/>).

**Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования**

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
Кабинет № 20 учебного корпуса Филиала ОмГПУ в г.Таре (ул. Школьная, 69) Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования	- Стол письменный – 3 ед.; - Стул – 3 ед.; - Ноутбук HP – 1 ед.; - Персональный компьютер – 1 шт. - Видеокамера Sony HDR-SR10E – 2 ед. - Видеокамера Panasonic HC-V760 – 2 ед.; - Принтер Canon – 1 шт.: - Принтер Epson – 2 шт.

#### 4.4.Образовательные технологии, используемые при изучении дисциплины

При изучении дисциплины основная роль отводится системно-деятельностному, личностно-ориентированному подходам, технологии повышения мотивационного потенциала к занятиям физической культурой.

#### 4.5. Описание оценочных материалов, используемых при промежуточной аттестации

Вид промежуточной аттестации	Краткая характеристика КИМ	ФИО ППС, ответственных за разработку КИМ
Зачёт	<p><b>Вопросы к зачету</b></p> <p>Характеристика различных теорий происхождения физических упражнений и игр. Сравнительный анализ Афинской и Спартанской систем физического воспитания. Физическая подготовка в гладиаторских школах. Олимпийские игры Древней Греции. Развитие педагогических идей физического воспитания в эпоху Возрождения. Причины возникновения и развития национальных систем физического воспитания в начале XIX века в Германии, Швеции, Франции Любительский и профессиональный спорт в Новое время (XVIII- начало XX века). Учение П. Ф. Лесгафта о физическом образовании и его педагогическая деятельность. Исторические предпосылки возникновения международного спортивного и олимпийского движения. Деятельность Пьера де Кубертена в создании Международного олимпийского движения. Первые олимпийские старты российских спортсменов. Становление и развитие советской школы спорта. История создания физкультурного комплекса ГТО, его значение для развития физической культуры Создание спортивных клубов и развитие спорта во второй половине XIX века. Развитие спорта и участие российских спортсменов в международных соревнованиях в начале XX века. Советские спортсмены на Олимпийских играх. Профессионализация спорта. Спортсмены России на Играх Олимпиад и Олимпийских зимних играх. Тенденции развития физической культуры и спорта в конце XX - начале XXI века. Роль спорта в системе реабилитации инвалидов.</p>	Димедович Е.А.

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
филиал Федерального государственного бюджетного образовательного  
учреждения высшего образования  
«Омский государственный педагогический университет» в г. Таре  
(Филиал ОмГПУ в г. Таре)



Утверждаю  
Председатель Учебно-методического совета:  
директор Филиала Л.П. Берестовская  
«15» октября 2024 г., протокол № 3

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### Физкультурно-спортивные сооружения

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки

«Физкультурное образование»

Программа составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования от 22.02.2018 №121 и с учётом требований Профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» от 18.10.2013 №544н

Составитель:  
Демидович Е.А., к.п.н., доцент кафедры педагогики и развития образования

Тара, 2024

## 1. Общая характеристика РПД

Название дисциплины «Физкультурно-спортивные сооружения»

Форма обучения: очная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Общая трудоёмкость учебной дисциплины для слушателей: 20 (час.),

в том числе, по видам учебных занятий, из них:

- лекций – 2 ак. час.
- практических занятий – 2 ак. час.

Объём самостоятельной работы обучающихся – 16 ак.ч.

Форма промежуточной аттестации: зачёт

Дисциплина «Физкультурно-спортивные сооружения» включена в дополнительную профессиональную программу профессиональной переподготовки (далее ДПП ПП) «Физкультурное образование».

**Цель дисциплины:** подготовка слушателей в области физической культуры и спорта, формирование готовности к использованию полученных в результате изучения дисциплины знаний и умений в педагогической деятельности, оптимизация учебного процесса и повышение качества подготовки будущих специалистов по физической культуре и овладение слушателями профессиональными и специально-профессиональными компетенциями на основе усвоения системы специальных знаний, умений и навыков будущей педагогической деятельности.

Вид деятельности / обобщённая трудовая функция	Профессиональная компетенция / трудовая функция	Умения / необходимые умения	Знания / необходимые знания
ПД <sub>1</sub> Педагогическая деятельность (ОТФ <sub>3.1</sub> Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования)	ПК 1.1 / ОПК-1, ОПК-2, ОПК-5 Способен к осуществлению разработки и реализации программ учебных дисциплин в образовательных организациях / ТФ <sub>1</sub> Общепедагогическая функция. Обучение	Разрабатывать и проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения	Основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимых для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач
	ПК 1.2 / ОПК 4 Способен к реализации современных форм и методов воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности / ТФ <sub>2</sub> Воспитательная деятельность	Владеть методами убеждения, аргументации своей позиции; диагностировать причины конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения	Современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся
	ПК 1.3 / ОПК-8 Способен к формированию и реализации программ развития универсальных	Участвовать в разработке и реализации программы развития образовательной организации в целях создания безопасной и	Закономерности развития детских и подростковых сообществ; - социально-психологические



	учебных действий, образов и ценностей социального поведения, толерантности и позитивных образов поликультурного общения / ТФ <sub>3</sub> Развивающая деятельность	комфортной образовательной среды	особенности и закономерности развития личности.
--	--	----------------------------------	---

## 2. Содержание дисциплины

### 2.1. Принципы отбора содержания и организации учебного материала

- соответствия содержания уровню развития современной науки, практики, основным требованиям развивающегося демократического общества
- учёта единства содержательной и процессуальной сторон обучения
- структурной целостности содержания с учетом индивидуальных потребностей слушателей
- достаточности содержания для формирования у слушателя профессиональных компетенций, выполнения трудовых функций, предусмотренных ДПП ПП.

### 2.2 Междисциплинарные связи дисциплины

Дисциплина «Физкультурно-спортивные сооружения» связана с такими учебными дисциплинами, как «Теория физической культуры и спорта» и «История физической культуры и спорта».

### 2.3 Тематический план дисциплины

№	Тема (раздел) дисциплины	Всего академических часов	В том числе, по видам занятий		Самостоятельная работа слушателей
			Лекции	Практические занятия	
1	Классификация и категорийность спортивных сооружений. Экологические требования к местам занятий физическими упражнениями и спортом	8	2		6
2	Физкультурно-спортивные сооружения	12		2	10
	<b>ИТОГО:</b>	<b>20</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>16</b>

### 2.4 Основное содержание тем

**Тема 1. «Классификация и категорийность спортивных сооружений. Экологические требования к местам занятий физическими упражнениями и спортом»**

Характеристика спортивных сооружений по специфике назначения и характеру использования. Основные показатели, необходимых для определения категорий спортивных сооружений. Критерии строительства спортивных сооружений по характеру использования и специфике. Критерии строительства спортивных сооружений по архитектурно-планировочным и объемно-конструктивным особенностям. Организационные, планировочные, нормативные,



технологические и технико-педагогические требования к строительству спортивных сооружений, предназначенных для работы с детьми. Пропускная способность физкультурно-спортивного сооружения. Нормы воздушного и светового режима, водоснабжения и отопления мест проведения занятий по физическому воспитанию. Правила ухода за спортивными сооружениями и содержания их в различное время года. Специальная аппаратура, механизмы и инструмент для ухода за спортивными сооружениями и их ремонта.

## **Тема 2. «Физкультурно-спортивные сооружения»**

Спортивные площадки. Футбольные поля, открытые спортивные сооружения для легкой атлетики. Спортивные сооружения для легкой атлетики и гимнастики.

Спортивные сооружения для зимних видов спорта. Спортивные сооружения для водных видов спорта. Сооружения для стрелкового спорта. Спортивные залы. Спортивные манежи. Спортивные корпуса. Крытые стадионы. Спортивные сооружения в общеобразовательных учреждениях. Требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю с позиции техники безопасности. Основы менеджмента физкультурно-спортивных сооружений.

### **2.5 Основные понятия (тезаурус)**

**Основное сооружение** – это главная часть спортивного сооружения, она предназначена для проведения спортивно-массовых мероприятий и соревнований. Выделяют структурные элементы: площадки, отдельные места для занятий, различные помещения, устройства для улучшения учебно-тренировочного процесса.

**Вспомогательные сооружения** предназначены для обслуживания занимающихся и обеспечения эксплуатации основного спортивного сооружения. Они бывают: хозяйственные, технические, административно-служебные, а так же помещения для занимающихся, судей, для информации зрителей.

**Типовым** называют проект, утвержденный в установленном порядке и предназначенный для многократного использования. Примером подобного проектирования может служить школьный стадион, спортивный комплекс, зал спортивных игр.

**Индивидуальный проект** создается для строительства одного спортивного сооружения. Как правило, индивидуальные проекты строятся под заказ, специально для подготовки спортсменов к Олимпийским играм или международным соревнованиям.

**Спортивное ядро** – открытое спортивное сооружение, представляющее собой сочетание игрового поля и беговой дорожки расположенные, так, чтобы угловые фланги находились у самой бровки дорожек.

Здание, специально оборудованное и предназначенное для учебно-спортивной работы и соревнований по одному или нескольким видам спорта, называется **спортивным залом**. Как правило, это помещение площадью до 1000 – 1200 кв. м. предназначено для использования в течение всего года. Большинство залов на территории нашей страны имеют размеры от 24x42x8 до 12x24x6 м. Также встречаются малые залы (9x18 м.).

**Специализированные спортивные залы** предназначаются для конкретного вида двигательной деятельности. Их форму и размеры, оборудование, вспомогательные устройства подбирают так, чтобы обеспечить ежедневный учебно-тренировочный процесс.

**Универсальные спортивные залы** предназначены для одновременных или попеременных занятий несколькими видами спорта.

**Спортивная арена** - спортивное ядро с трибунами на открытом воздухе - 1500 человек, в помещении - от 500 человек.

**Спортивный зал** - крытое спортивное сооружение длиной не менее 18 метров, шириной не менее 9 метров и высотой не менее 5 метров (при меньших размерах употребляется наименование «помещение спортивного назначения»).

**Спортивный комплекс** - отдельно стоящее здание, основным элементом которого является спортивный зал.

**Манеж спортивный** (футбольный, легкоатлетический, конный) - крытое отдельно стоящее или встроенное сооружение, удовлетворяющее по размерам требованиям учебно-тренировочного процесса и правилам соревнований в видах спорта, использующих в качестве основных плоскостные сооружения больших размеров (поля, спортивные ядра).

**Универсальный спортивно-зрелищный** (демонстрационный) зал (Дворец спорта) - крытое сооружение (крытая арена) на 1000 и более зрителей. Размеры основной площадки зрительного

зала позволяют проводить все виды ручных игр, либо вмещают хоккейную коробку с размерами, определяемыми правилами соревнований.

**Плавательный бассейн** (бассейны) для спортивного плавания, водного поло, прыжков в воду или синхронного плавания - открытое и крытое сооружение с основной ванной размером не менее предусмотренного правилами соревнований.

**Трасса спортивная** (легкоатлетическая, кроссовая, горнолыжная, санная, бобслейная, лыжероллерная, велосипедная, биатлонная, лыжная, для ориентирования на местности) – регламентированное правилами соревнований и требованиями учебно-тренировочного процесса расстояние между двумя конечными точками дистанции.

**Стрелковый тир** - крытое или открытое сооружение для стрельбы из боевого или спортивного оружия.

**Комплекс спортивных сооружений** - группа однотипных и различных по типам объемных и плоскостных сооружений для учебно-тренировочной работы и соревнований, размещенных на одной территории и связанных единством управления.

## 2.6 Организация самостоятельной работы слушателей

Самостоятельная работа слушателя организуется в форме самоподготовки к лекционным и практическим занятиям.

№	Тема	Задания для самостоятельной работы	Источники, средства электронной поддержки	Форма контроля
1	Классификация и категоричность спортивных сооружений. Экологические требования к местам занятий физическими упражнениями и спортом	Подготовка презентации.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Презентация.
2	Физкультурно-спортивные сооружения	Вопросы для самоконтроля. Тестирование. Контрольная работа	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Собеседование по вопросам. Тест. Контрольная работа.

## 3. Фонд оценочных средств для аттестации по дисциплине

### 3.1. КИМ для текущего контроля

**Семинар 1. «Спортивные сооружения как необходимое условие обеспечения занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности. Спортивные площадки»**

**Цель занятия:** изучить и проанализировать особенности планирования спортивных площадей.

**Вопросы для обсуждения:**

1. Нормативные документы, регламентирующие правила функционирования спортивного сооружения.

2. Правила технической эксплуатации различных спортивных сооружений. Перечни типового/учебного оборудования, спортивного инвентаря, мебели, специальных приспособлений, вспомогательного оборудования, хозяйственного и противопожарного инвентаря, необходимого для обеспечения занятий по физическому воспитанию в общеобразовательной школе.

3. Изготовление учебного оборудования и спортивного инвентаря (промышленным и самостоятельным методами). Рабочие чертежи, единые технические условия и государственные стандарты на учебное оборудование и спортивный инвентарь.

4. Варианты и устройство покрытия универсальных спортивных площадок (модульные, наливные, рулонные).

5. Планировка и разметка спортивных площадок для спортивных игр.

6. Планировка и разметка спортивных площадок для гимнастики, акробатики и общефизической подготовки.

7. Планировка и разметка спортивных площадок для борьбы и бокса.

## 8. Планировка и разметка спортивных площадок для тяжелой атлетики

### Практическое задание:

1. Составление разметки универсальных спортивных площадок с учетом вида спорта (волейбол, теннис, бадминтон, мини-футбол, гандбол, хоккей, стритбол, баскетбол, настольный теннис, городки).

2. Заполните таблицу «Общие требования к спортивным площадкам»:

	Площадка для игровых видов	Площадка для теннисных кортов
Освещение		
Покрытие		
Вентиляция		
Отопление (для зала с местами для 800 и менее зрителей)		
Трибуны трансформируемые (бличер)		
Раздевалки		
Душевые и санитарные узлы		
Снарядные		
Тренерские		

### «Футбольные поля, открытые спортивные сооружения для легкой атлетики»

**Цель занятия:** изучить и проанализировать особенности планирования футбольных полей как открытых спортивных сооружений для легкой атлетики.

#### Вопросы для обсуждения:

1. Выбор участка.
2. Подготовка участка к земельным работам.
3. Планировка основания спортивного ядра.
4. Устройство дренажа.
5. Габариты и ориентация футбольных полей.
6. Конструкция футбольных полей.
7. Оборудование и разметка футбольных полей.
8. Эксплуатация и уход за футбольными полями

#### Практические задания:

1. Составить разметку большого футбольного поля.
2. Провести анализ документации регламентирующей строительство и эксплуатацию футбольного поля.

### «Спортивные сооружения для легкой атлетики и гимнастики»

**Цель занятия:** изучить и проанализировать особенности планирования спортивных сооружений для легкой атлетики и гимнастики.

#### Вопросы для обсуждения:

1. *Беговые дорожки.*
  1. Габариты беговых дорожек.
  2. Конструкции покрытия беговых дорожек и их строительство.
  3. Эксплуатация и уход за беговыми дорожками.
2. *Места для легкоатлетических прыжков и метаний.*
  1. Конструкции секторов для прыжков и метаний.
  2. Эксплуатация и уход.
4. *Требования к легкоатлетическим сооружениям*
5. *Залы для ритмической, женской гимнастики и хореографии.*
6. *Гимнастические залы.*
7. *Зал тяжелой атлетики, бокса и борьбы.*
8. *Примерный перечень и характеристики спортивного оборудования и инвентаря для спортивной гимнастики.*

9. *Примерный перечень и характеристики спортивного оборудования и инвентаря для художественной гимнастики.*

10. *Примерный перечень и характеристики спортивного оборудования и инвентаря для фитнес-аэробики.*

11. *Примерный перечень и характеристики спортивного оборудования и инвентаря для легкой атлетики.*

**Практические задания:**

1. Составление схемы легкоатлетического ядра.
2. Составьте схематично вариант полосы препятствий.
3. Составьте вариант размещения спортивных снарядов на гимнастической площадке.

**3.2 КИМ для промежуточного контроля**

**Тематика презентаций:**

1. Основные нормы Единой классификации спортивных сооружений.
2. Сеть спортивных сооружений, как часть общей системы культурнобытового и оздоровительного обслуживания городского и сельского населения.
3. Характеристика спортивных сооружений по специфике назначения и характеру использования.
4. Крытые спортивные сооружения.
5. Открытые спортивные площадки.
6. Вспомогательные спортивные площадки.
7. Охарактеризуйте спортивные сооружения древнего мира.
8. Охарактеризуйте спортивные сооружения средних веков.
9. Охарактеризуйте спортивные сооружения нового и новейшего времени.
10. Охарактеризуйте спортивные сооружения дореволюционной России.
11. Требования к строительству и эксплуатации спортивных площадок.
12. Требования по строительству и эксплуатации игровых полей;
13. Требования по строительству и эксплуатации открытых сооружений для легкой атлетики.
14. Характеристика экологического подхода к проектированию и строительству спортсооружений.

**Тест для самопроверки:**

**1. Что такое спортивное сооружение?**

1. помещение для организации тренировочного процесса
2. помещение для проведения соревнований
3. помещение для изучения двигательных действий
4. помещение для организации спортивной деятельности

**2. Каким спортивным инвентарем пользовались в первобытном веке?**

1. абсолютно никаким
2. деревянными копьями
3. каменными гантелями
4. лианами..... на самых ранних этапах эволюции.

**3. Что такое гимнасий?**

1. это неправильно написанное слово «гимназия»
2. это сооружение для занятий гимнастикой древней Греции
3. это античный атлет, который изобрел гимнастику на спортивном сооружении
4. это учебное помещение для теоретических занятий

**4. Для какой игры в средние века применяли рыболовные сети?**

1. подводный спорт
2. гладиаторские бои
3. футбол
4. большой теннис

**5. Почему в средние века футболистов сажали в тюрьму?**

1. футбол не нравился королю
2. не было судей, желтых и красных карточек, все игроки дрались на поле
3. зрители выбегали на поле и играли вместо игроков

4. футболисты играли на улицах и громили все на своем пути

**6. Что такое пешеходная доступность?**

1. это расстояние, которое может пройти человек пешком
2. это радиус доступности спортивного сооружения
3. это функция спортивного сооружения для спортивной ходьбы
4. это максимальная величина дистанции спортивной ходьбы на дорожках стадиона

**7. Зачем нужно «спортивное ядро?»**

1. чтобы его толкать
2. чтобы бегать и играть в футбол
3. чтобы играть в боулинг
4. это тренажер для воспитания силы кисти руки

**8. Почему освещенность спортивных площадок в различных видах спорта разная?**

1. благодаря историческому происхождению вида спорта;
2. в зависимости от деятельности зрительного анализатора спортсмена;
3. освещение устанавливается исходя из особенностей спортивной площадки;
4. освещенность зависит от финансирования тренировочного процесса и соревнований

**9. Что такое основное спортивное сооружение?**

1. каркас здания СС
2. подвал здания СС
3. кабинет директора СС
4. место занятий СС

**10. Укажите основные факторы износа спортивных сооружений (2 ответа)**

1. экономический;
2. физический;
3. природно-климатический;
4. моральный;
5. материальный;
6. эксплуатационный.

**11. Какие функции имеет спортивное сооружение?**

1. зрелищная, воспитательная, образовательная
2. учебная, собирательная, соревновательная
3. служебно-административная, оздоровительная, просветительская
4. учебная, учебно-тренировочная, зрелищно-демонстрационная

**12. Какие виды работ предусматривает реконструкция (дайте 4 ответа)**

1. Модернизация спортивных сооружений;
2. Перепланировка спортивных сооружений;
3. Пристройка к спортивному сооружению дополнительных площадей;
4. Косметический ремонт спортивных сооружений;
5. Комплексная реконструкция;

**13. Иметь небольшую стоимость, малые габариты и вес должны:**

1. спортивные залы
2. спортивный инвентарь
3. спортивные тренажеры
4. экипировка спортсмена

**14. Реконструкция относится к:**

1. оперативному ремонту;
2. косметическому;
3. комплексному;
4. частичному;
5. текущему.

**15. Назовите разновидность бассейна на естественном водоеме**

1. бассейн с проточной водой
2. бассейн с застоявшейся водой
3. бассейн с испорченной водой
4. бассейн – «плотина»

**16. Какой вид метания входил только в программу Древних Олимпийских игр?**

1. метание копья

2. метание молота
3. метание диска
4. метание камня

**17. Вентиляция спортивных сооружений подразделяется на:**

1. приточную, вытяжную
2. затяжную, отталкивающую, засасывающую
3. приточно-вытяжную, вытяжную, приточную
4. естественную и механическую

**18. Определите документ, который не входит в перечень необходимых документов для эксплуатации спортивного сооружения:**

1. акт государственной комиссии о приёмке сооружения в эксплуатацию;
2. акт технического обследования спортивного сооружения о пригодности к эксплуатации;
3. инструкция по соблюдению техники безопасности для всех видов служб;
4. инструкция по противопожарной безопасности;
5. инструкция о медицинском обеспечении;
6. должностные инструкции для сотрудников, ответственных за соблюдение правил технической эксплуатации;
7. протоколы служебных совещаний сотрудников спортивного сооружения.

**19. Меры по предотвращению износа спортивных сооружений (выберите 4 варианта ответа)**

1. Проектирование и строительство спортивных сооружений;
2. Использование в проектных решениях и расчетах стойких и долговечных строительных материалов;
3. Грамотное и своевременное применение и проведение всех видов ремонта спортивных сооружений;
4. Реконструкция спортивных сооружений
5. Бережное отношение со стороны занимающихся;
6. Выделение средств на материально-техническое обеспечение спортивного сооружения.

**20. Сколько процентов от общей стоимости теряет спортивное сооружение в год ?**

1. 5%
2. 1%
3. 3%
4. 4%

**21. Назовите все виды ремонта, предусмотренные классификацией СС (2 варианта ответа)**

1. капитальный;
2. текущий;
3. лицевой;
4. косметический;
5. полный;
6. низко бюджетный.

**Вопросы для самоконтроля**

1. Общее понятие о физкультурно-спортивных сооружениях.
2. Основные принципы построения сети спортивных сооружений в городе.
3. Классификация физкультурно-спортивных сооружений.
4. Крытые спортивные манежи.
5. Специализированные спортивные залы.
6. Значение профилактического осмотра спортивных сооружений в процессе их эксплуатации
7. Спортивные сооружения высших учебных заведений.
8. Школьные спортивные сооружения.
9. Спортивные сооружения дошкольных образовательных учреждений.
10. Общие требования к игровым площадкам.
11. Описание простейших тренажеров, способы их установки, крепления и обслуживания.
12. Правила расстановки гимнастического оборудования в спортивных залах.
13. Спортивные залы, основные требования к их эксплуатации.

14. Роль ограждающих конструкций (стены, полы, перекрытия, крыша) в создании комфортных условий для занятий и проведения соревнований.
15. Общие понятия о крытых спортивных сооружениях.
16. Требования к ваннам бассейнов, режимы их эксплуатации.
17. Оборудование футбольных полей газонных и с синтетическим покрытием.
18. Подготовка участка для заливки под каток.
19. Оборудование мест для легкоатлетических прыжков и легкоатлетических метаний.
20. Основные требования к участкам для прокладки лыжных трасс.

### 3.3 Организация промежуточной аттестации по дисциплине

Формой промежуточной аттестации по дисциплине «Физкультурно-спортивные сооружения» является зачёт.

#### 3.4. Критерии оценивания

Шкала оценивания	Критерии оценки
Зачёт	
«Зачтено»	В процессе изучения дисциплины студент в полном объёме освоил виды учебной деятельности, предусмотренные программой
«Не зачтено»	В процессе изучения дисциплины студент не в полном объёме освоил виды учебной деятельности, предусмотренные программой

## 4. Организационно-педагогические условия реализации РПД

### 4.1. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Подготовку к семинарскому занятию следует начинать с изучения лекционных материалов и рекомендованной литературы по теме.

При подборе материалов для выступления необходимо ориентироваться на различные источники информации, отражающие проблематику семинара. Отобранные студентами материалы должны быть логически выстроены, ранжированы по степени значимости и по возможности промаркированы. Предварительная работа студентов может быть направлена на создание презентаций, схем, кластеров и других графических моделей, способствующих визуализации, структурированию и обобщению учебного материала.

Результатом самостоятельной работы по подготовке к семинарскому занятию должна стать готовность студентов к публичному выступлению и анализу содержания предложенных текстов.

В обсуждении содержания семинара участникам необходимо ориентироваться на выступления оценочного характера, возможность раскрытия и обоснования различных точек зрения на проблематику занятия, а также коллективный характер поиска ответов на поставленные вопросы.

Критерии оценки:

- содержательность материалов выступления;
- структурированность текстов;
- осознанность и адекватность понимания текстов;
- терминологическая корректность выступления;
- аргументированность суждений, выводов;
- наличие подготовленной визуальной информации;
- активность участия в дискуссии

Самостоятельная работа студентов организуется на основе выполнения заданий по материалам лекций и подготовки к семинарским занятиям в микрогруппах:

#### Инструкция по работе на семинаре (устный ответ)

Семинарские занятия – неотъемлемая составляющая практической работы студентов в вузе. Она нужна для развития таких навыков, как рассуждение, доказательство точки зрения и ведение диалога.

Во время семинара каждый должен принимать активное участие.

При оценке устных ответов студентов по дисциплине учитываются следующие критерии:

- Знание основных процессов изучаемой предметной области, глубина и полнота раскрытия вопроса.

- Владение терминологическим аппаратом и использование его при ответе.
- Умение объяснить сущность явлений, событий, процессов, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы.
- Владение монологической речью, логичность и последовательность ответа, умение отвечать на поставленные вопросы, выражать свое мнение по обсуждаемой проблеме.

Приступая к подготовке семинарского занятия необходимо проанализировать изучаемую тему, выделить цели и основные проблемы, которые выносятся на обсуждение. Следующим шагом должно стать изучение лекционного материала, данного преподавателем. Однако, несмотря на подробное изложение материала на лекции, не всегда можно детально рассмотреть все вопросы, касающиеся данной темы. Именно поэтому студенту необходимо изучить рекомендованную литературу по теме.

В процессе работы на семинаре необходимо четко и ясно излагать свои мысли и слушать выступления других участников, а при несогласии с чьим-то мнением не бояться критиковать, но подтверждать свои высказывания аргументами.

Текущий контроль осуществляется в виде индивидуальных устных опросов на семинарском занятии. Устный ответ должен быть изложен студентом объемно и точно. При оценивании ответа студента преподаватель использует несколько основных критериев: самостоятельный ответ (без чтения конспекта); оперирование при ответе ссылками на различные теоретические и фундаментальные исследования, относящимися к теме; понимание студентом всех используемых при ответе категорий и понятий; ответы на дополнительные вопросы преподавателя или других студентов. Допускается разумная опора на конспект или таблицу, сделанные студентом во время самостоятельной работы.

#### **Инструкция по подготовке к собеседованию**

Собеседование проводится после изучения всех тем дисциплины. Собеседование – средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу.

##### **Критерии оценки при собеседовании**

Цель собеседования: оценка	Критерии оценки результатов
усвоения знаний	глубина, прочность, систематичность знаний
умений применять знания	адекватность применяемых знаний ситуации; рациональность используемых подходов
сформированности профессионально значимых личностных качеств	степень проявления необходимых качеств
сформированности системы ценностей/отношений	степень значимости определенных ценностей; проявленное отношение к определенным объектам, ситуациям
коммуникативных умений	умение поддерживать и активизировать беседу; корректное поведение и др.

При подготовке к собеседованию необходимо самостоятельно систематизировать и концептуализировать учебный материал. Во время собеседования студенты должны показать знания основных понятий и теорий изучаемого курса, умение последовательно и грамотно излагать учебный материал.

#### **Требования к созданию презентаций:**

Название критерия	Оцениваемые параметры
Тема презентации	Соответствие темы программе учебного предмета, раздела
Дидактические и методические цели и задачи презентации	Соответствие целей поставленной теме Достижение поставленных целей и задач
Выделение основных идей презентации	Соответствие целям и задачам Содержание умозаключений Вызывают ли интерес у аудитории Количество (рекомендуется для запоминания аудиторией не более 4-5)
Содержание	Достоверная информация об исторических справках и текущих событиях Все заключения подтверждены достоверными источниками Язык



	изложения материала понятен аудитории Актуальность, точность и полезность содержания
Подбор информации для создания проекта – презентации	Графические иллюстрации для презентации Статистика Диаграммы и графики Экспертные оценки Ресурсы Интернет Примеры Сравнения Цитаты и т.д.
Подача материала проекта – презентации	Хронология Приоритет Тематическая последовательность Структура по принципу «проблема-решение»
Логика и переходы во время проекта – презентации	От вступления к основной части От одной основной идеи (части) к другой От одного слайда к другому Гиперссылки
Заключение	Яркое высказывание - переход к заключению Повторение основных целей и задач выступления Выводы Подведение итогов Короткое и запоминающееся высказывание в конце
Дизайн презентации	Шрифт (читаемость) Корректно ли выбран цвет (фона, шрифта, заголовков) Элементы анимации
Техническая часть	Грамматика. Подходящий словарь. Наличие ошибок правописания и опечаток

## 4.2 Учебно-методическое и информационное обеспечение курса

### а) основная литература:

1. Парыгина, О. В. Теория физической культуры и спорта : учебное пособие / О. В. Парыгина. — Москва: Московская государственная академия водного транспорта, 2019. — 131 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/97326.html> (дата обращения: 11.11.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Царик, А. В. Справочник работника физической культуры и спорта : нормативные правовые и программно-методические документы, практический опыт, рекомендации / А. В. Царик. — 5-е изд. — Москва : Издательство «Спорт», 2018. — 1144 с. — ISBN 978-5-9500179-6-4. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/77242.html> (дата обращения: 12.11.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

### б) дополнительная литература:

1. Марченко А.Л. История физической культуры. История развития физической культуры в зарубежных странах [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Марченко А.Л.— Электрон. текстовые данные.— Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2012.— 193 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22301>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

2. Германов Г.Н. История, теория и организация физической культуры и спорта. 150 вопросов абитуриенту [Электронный ресурс]: ответы и самоконтроль. Учебное пособие для абитуриентов/ Германов Г.Н., Злобина М.Е., Хомяк П.А.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2015.— 365 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/27256>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

3. Агеева Е.Ю. Большепролетные спортивные сооружения. Архитектурные и конструктивные особенности [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Агеева Е.Ю., Филиппова М.А.— Электрон. текстовые данные.— Нижний Новгород: Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2014.— 84 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/30796>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

### в) перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и ЭБС.

1). ЭБС IPRbooks- <http://www.iprbookshop.ru/>

2). Российская государственная библиотека - <http://www.rsl.ru/>

г) **информационные технологии**, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

При проведении учебных занятий и самостоятельной подготовке обучающихся в зависимости от материально-технической базы аудитории используется следующее лицензионное программное обеспечение:

- для обеспечения работы персонального компьютера (ноутбука) операционная система Microsoft Windows XP, 7, 8.1 или Linux на базе ядра версии 3.0 или более позднего (OpenSuse или CalculateLinux);
  - для работы с текстовыми документами Microsoft Office Word, LibreOffice Writer или WPS Writer;
  - для демонстрации мультимедийных презентаций: Microsoft Office Power Point, Libre Office Impress или WPS Presentation;
  - для работы с электронными таблицами: Microsoft Excel, Libre Office Calc или WPS Spreadsheets;
  - для работы с графическими файлами: Adobe Photoshop, Microsoft Paint или GIMP;
  - для работы в сети Internet: Internet Microsoft Internet Explorer, Mozilla Firefox или Google Chrome;
  - для подготовки материалов для интерактивной доски: ПО Notebook
  - для написания программного кода: Borland Delphi, ABC Pascal или Lazarus
- В качестве справочных систем используются:
- Справочно-правовая система “Консультант Плюс”,
  - Справочно-правовая система “Гарант” в локальном или сетевом исполнении.
- Базы данных:  
 Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU

#### 4.3. Материально-техническая база:

Перечень материально-технического обеспечения, необходимого для реализации программы, включает в себя:

**Специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации**

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд.№ 38, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	- Рабочее место преподавателя; - 28 учебных мест для обучающихся; - Доска ДА-32(к) – 1 ед.; - Интерактивная панель GECKO TOUCH INTERACTIVE – 1 ед.; - Образовательный интерактивный пол «Floogium Adaptive» - 1 шт.; - Программное обеспечение «Информационный терминал UTSkids 43”» - 1 шт.; - Интерактивная песочница iSandBox – 1 шт.; Интерактивный образовательный комплекс «Играй и Развивайся» - 1 шт. «Центр» модель Творческая лаборатория (для детей) – 1 шт.

#### Специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд. № 21, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского	- Рабочее место преподавателя; - 20 мест для обучающихся; - Компьютеры: количество – 11 ед., - Доска ДА-32(к) классная – 1 шт.; - Интерактивная панель GECKO TOUCH

типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	INTERACTIVE – 1 ед.; - VR HTC Vive – 4 ед.; - Перворобот LEGO Wedo Education – 1 шт. - Базовый набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.; - Расширенный набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.; - Lego Education Spike Essential – 4 шт.; - Lego Education Spike Prime – 4 шт.; - HIWONDER SPIDERBOT – 2 шт.; - Квадрокоптер Ryze Tello – 5 шт.4 - Учебная модульная станция Dobot MOOZ 3DF Plus – 2 шт.
---	--

Все указанные специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду вуза (<http://edu.omgpu.ru/>).

#### **Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования**

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
Кабинет № 20 учебного корпуса Филиала ОмГПУ в г.Таре (ул. Школьная, 69) Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования	- Стол письменный – 3 ед.; - Стул – 3 ед.; - Ноутбук HP – 1 ед.; - Персональный компьютер – 1 шт. - Видеокамера Sony HDR-SR10E – 2 ед. - Видеокамера Panasonic HC-V760 – 2 ед.; - Принтер Canon – 1 шт.; - Принтер Epson – 2 шт.

#### **4.4.Образовательные технологии, используемые при изучении дисциплины**

При изучении дисциплины основная роль отводится системно-деятельностному, личностно-ориентированному подходам, технологии повышения мотивационного потенциала к занятиям физической культурой.

#### **4.5. Описание оценочных материалов, используемых при промежуточной аттестации**

Вид промежуточной аттестации	Краткая характеристика КИМ	ФИО ППС, ответственных за разработку КИМ
Зачёт	<b>Вопросы к зачету</b> Общее понятие о физкультурно-спортивных сооружениях. Основные принципы построения сети спортивных сооружений в городе. Классификация физкультурно-спортивных сооружений. Крытые спортивные манежи. Специализированные спортивные залы. Значение профилактического осмотра спортивных сооружений в процессе их эксплуатации Спортивные сооружения высших учебных заведений. Школьные спортивные сооружения. Спортивные сооружения дошкольных образовательных учреждений. Общие требования к игровым площадкам. Описание простейших тренажеров, способы их	Демидович Е.А.

	<p>установки, крепления и обслуживания.</p> <p>Правила расстановки гимнастического оборудования в спортивных залах.</p> <p>Спортивные залы, основные требования к их эксплуатации.</p> <p>Роль ограждающих конструкций (стены, полы, перекрытия, крыша) в создании комфортных условий для занятий и проведения соревнований.</p> <p>Общие понятия о крытых спортивных сооружениях.</p> <p>Требования к ваннам бассейнов, режимы их эксплуатации.</p> <p>Оборудование футбольных полей газонных и с синтетическим покрытием.</p> <p>Подготовка участка для заливки под каток.</p> <p>Оборудование мест для легкоатлетических прыжков и легкоатлетических метаний.</p> <p>Основные требования к участкам для прокладки лыжных трасс.</p>	
--	--	--

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
филиал Федерального государственного бюджетного образовательного  
учреждения высшего образования  
«Омский государственный педагогический университет» в г. Таре  
(Филиал ОмГПУ в г. Таре)



Утверждаю  
Председатель Учебно-методического совета:  
директор Филиала Л.П. Берестовская  
«15» октября 2024 г., протокол № 3

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### Теория физической культуры и спорта

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки

«Физкультурное образование»

Программа составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования от 22.02.2018 №121 и с учётом требований Профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» от 18.10.2013 №544н

Составитель:  
Демидович Е.А., к.п.н., доцент кафедры педагогики и развития образования

Тара, 2024

## 1. Общая характеристика РПД

Название дисциплины «Теория физической культуры и спорта»

Форма обучения: очная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Общая трудоёмкость учебной дисциплины для слушателей: 20 (час.),

в том числе, по видам учебных занятий, из них:

- лекций – 2 ак. час.
- практических занятий – 4 ак. час.

Объём самостоятельной работы обучающихся – 14 ак.ч.

Форма промежуточной аттестации: зачёт

Дисциплина «Теория физической культуры и спорта» включена в дополнительную профессиональную программу профессиональной переподготовки (далее ДПП ПП) «Физкультурное образование».

**Цель дисциплины:** обеспечить слушателям необходимый уровень теоретических и методических знаний об использовании средств, методов физической культуры и спорта в профессиональной деятельности специалиста в области физической культуры и спорта; раскрыть в структуре и содержании этой деятельности условия успешной реализации образовательных, воспитательных и оздоровительных задач физического воспитания различного контингента занимающихся.

Вид деятельности / обобщённая трудовая функция	Профессиональная компетенция / трудовая функция	Умения / необходимые умения	Знания / необходимые знания
ПД <sub>1</sub> Педагогическая деятельность (ОТФ <sub>3.1</sub> ) Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования)	ПК 1.1 / ОПК-1, ОПК-2, ОПК-5 Способен к осуществлению разработки и реализации программ учебных дисциплин в образовательных организациях / ТФ <sub>1</sub> Общепедагогическая функция. Обучение	Разрабатывать и проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения	Социальные, возрастные, психофизические, индивидуальные особенности и образовательные потребности обучающихся:
	ПК 1.2 / ОПК 4 Способен к реализации современных форм и методов воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности / ТФ <sub>2</sub> Воспитательная деятельность	Владеть методами убеждения, аргументации своей позиции; диагностировать причины конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения	Учитывать особенности и потребности обучающихся в обучении, воспитании и развитии
	ПК 1.3 / ОПК-8 Способен к формированию и реализации программ развития универсальных	Устанавливать контакты с обучающимися разного возраста и их родителями (законными представителями), другими	Методами обучения и воспитания обучающихся в процессе совместной деятельности с другими специалистами

	учебных действий, образцов и ценностей социального поведения, толерантности и позитивных образцов поликультурного общения / ТФ <sub>3</sub> Развивающая деятельность	педагогическими и иными работниками	
--	--	-------------------------------------	--

## 2. Содержание дисциплины

### 2.1. Принципы отбора содержания и организации учебного материала

- соответствия содержания уровню развития современной науки, практики, основным требованиям развивающегося демократического общества
- учёта единства содержательной и процессуальной сторон обучения
- структурной целостности содержания с учетом индивидуальных потребностей слушателей
- достаточности содержания для формирования у слушателя профессиональных компетенций, выполнения трудовых функций, предусмотренных ДПП ПП.

### 2.2 Междисциплинарные связи дисциплины

Дисциплина «Теория физической культуры и спорта» связана с такими учебными дисциплинами, как «Физкультурно-оздоровительные технологии» и «История физической культуры и спорта».

### 2.3 Тематический план дисциплины

№	Тема (раздел) дисциплины	Всего академических часов	В том числе, по видам занятий		Самостоятельная работа слушателей
			Лекции	Практические занятия	
1	Введение в теорию физической культуры и спорта	8	2		6
2	Общая характеристика физического воспитания: направленность, средства, методы, принципы	12		4	8
	<b>ИТОГО:</b>	<b>20</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>14</b>

### 2.4 Основное содержание тем

#### Тема 1. «Введение в теорию физической культуры и спорта»

Определение понятия «культура». Понятие «культура физическая» и ее связь с общей культурой. Структура физической культуры. Функции физической культуры. Понятие о системе физической культуры.

#### Тема 2. «Общая характеристика физического воспитания: направленность, средства, методы, принципы»

Основные понятия теории и методики физической культуры: «физическая культура», «физкультурное движение», «физическое воспитание», «физическое образование», «физическое развитие», «физическая подготовка», «физическая подготовленность», «спорт», «физическая рекреация», «двигательная реабилитация», «физическое совершенство». Взаимосвязь понятий «культура - физическая культура - адаптивная физическая культура». Теория и методика физической культуры как наука и учебная дисциплина. Структура теории и методики физической культуры как науки, ее место и взаимосвязь с другими науками. Общепедагогические и

специфические принципы занятий физическими упражнениями. Основы теории и методики обучения двигательным действиям.

## 2.5 Основные понятия (тезаурус)

**Физическая культура** — часть общей культуры, совокупность специальных духовных и материальных ценностей, способов их производства и использования в целях оздоровления людей и развития их физических способностей.

**Физическая культура** человека (индивидуума) рассматривается как процесс овладения знаниями, умениями и навыками воспитательной, учебной, оздоровительной, рекреационной деятельности для последующего использования в процессе самосовершенствования, и как результат — уровень физического здоровья, который человек смог сохранить или улучшить благодаря своему желанию, знаниям, здоровому образу жизни и двигательной активности.

**Физическое воспитание** - воспитания, специфическим содержанием которого являются обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях.

**Обучение движениям** имеет своим содержанием физическое образование — системное освоение человеком рациональных способов управления своими движениями, приобретение таким путем необходимого в жизни фонда двигательных умений, навыков и связанных с ними знаний.

**Физическое образование** — процесс формирования у человека двигательных умений и навыков, а также передачи специальных знаний в области физической культуры.

**Физическое развитие** – процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении жизни индивидуума морфофункциональных свойств его организма и основанных на них физических качеств и способностей.

**Физические качества** — свойства, характеризующие отдельные качественные стороны двигательных возможностей человека; сила, быстрота, выносливость, гибкость и другие.

**Физическое здоровье** — динамическое состояние, характеризующееся резервом функций органов и систем и являющееся основой выполнения индивидом своих биологических и социальных функций. Интегральным показателем резервов функций органов и систем является энергопотенциал биосистем (резерв энергообразования).

**Физическое состояние** — согласно определению международного комитета по стандартизации тестов, характеризует личность человека, состояние здоровья, телосложение и конституцию, функциональные возможности организма, физическую работоспособность и подготовленность.

**Физические упражнения** – движения или действия, используемые для развития физических способностей (качеств), органов и систем, для формирования и совершенствования двигательных навыков. С одной стороны - это средство физического совершенствования, телесного преобразования человека, его биологической, психической, интеллектуальной, эмоциональной и социальной сущности. С другой стороны - это также и метод (способ) физического развития человека. Физические упражнения являются основным, "сквозным" средством всех видов физической культуры неспециального физкультурного образования, спорта, физической рекреации и двигательной реабилитации.

**Физическая работоспособность** - комплексное понятие. Оно определяется значительным числом факторов: морфофункциональным состоянием различных органов и систем, психическим статусом, мотивацией и др. факторами. Поэтому заключение о ее величине возможно составить только на основе комплексной оценки.

**Физическая подготовленность** — уровень достигнутого развития физические качества, формирования двигательных навыков в результате специализированного процесса физического воспитания, направленного на решение конкретных задач (физическая подготовленность учащихся, спортсменов, летчиков и т.п.).

**Физическая рекреация (восстановление)** — комплекс мероприятий, направленный на совершенствование процессов восстановления работоспособности после физической и умственной работы.

**Физическая рекреация** — осуществление активного отдыха людей с использованием физических упражнений, получение удовольствия от этого процесса.

**Физическая реабилитация (восстановление способности)** — комплекс мероприятий, направленный на восстановление утраченной или ослабленной функции после заболевания или травмы.



**Методика тренировки** – система методов, методических приемов, упражнений, направленных на достижение наибольшего эффекта в процессе спортивного совершенствования.

**Методические принципы физического воспитания** – принципы, которые выражают методические закономерности педагогического процесса и в силу этого обязательны для осуществления образовательных и воспитательных задач: принципы сознательности и активности, наглядности, доступности и индивидуализации, систематичности и постепенного повышения требований.

**Спорт** – составная часть физической культуры, средство и метод физического воспитания, основанный на использовании соревновательной деятельности и подготовки к ней, в процессе которой сравниваются и оцениваются потенциальные возможности человека. Различают: массовый спорт, спорт высших достижений и профессиональный спорт.

### 2.6 Организация самостоятельной работы слушателей

Самостоятельная работа слушателя организуется в форме самоподготовки к лекционным и практическим занятиям.

№	Тема	Задания для самостоятельной работы	Источники, средства электронной поддержки	Форма контроля
1	Введение в теорию физической культуры и спорта	Подготовка презентации.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Презентация.
2	Общая характеристика физического воспитания: направленность, средства, методы, принципы	Вопросы для самоконтроля. Тестирование. Практические задания	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Собеседование по вопросам. Тест. Практические задания.

## 3. Фонд оценочных средств для аттестации по дисциплине

### 3.1. КИМ для текущего контроля

#### Семинар 1.

#### Общепедагогические и специфические принципы занятий физическими упражнениями.

**Цель:** рассмотреть принципы занятий физическими упражнениями

Вопросы для обсуждения:

1. Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования.
2. Профессиональная направленность физического воспитания.
3. Значение и задачи физического воспитания студентов.
4. Содержание программы физического воспитания студентов.
5. Возрастные особенности контингента обучающихся в вузе.
6. Особенности методики занятий по физическому воспитанию в различных учебных отделениях.
7. Методика занятия со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, по адаптивной физической культуре.
8. Формы организации физического воспитания студентов.

#### Практические задания:

1. Перечислите специальные методические приемы, способствующие повышению *сознательности и активности* в физическом воспитании:

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_
- 4) \_\_\_\_\_
- 5) \_\_\_\_\_
- 6) \_\_\_\_\_
- 7) \_\_\_\_\_

2. Заполните таблицу «Формы практической наглядности в физическом воспитании и их характеристика (назначение и средства)».

Практическая наглядность в процессе физического воспитания
--

Форма наглядности	Назначение	Средства

3. Заполните таблицу «Принцип доступности и индивидуализации в физическом воспитании и его характеристика»

Принцип доступности и индивидуализации	
Назначение	Характеристика

4. Перечислите критерии (показатели), по которым определяется доступность нагрузок и двигательных заданий в физическом воспитании.

Объективные показатели	Субъективные показатели

5. Заполните таблицу «Специфические принципы физического воспитания и их характеристика».

Специфические принципы физического воспитания	Характеристика принципов

## Семинар 2.

### Основы теории и методики обучения двигательным действиям

**Цель:** изучение основ методики обучения двигательным действиям.

**Вопросы для обсуждения:**

1. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании.
2. Основы формирования двигательного навыка.
3. Структура процесса обучения и особенности.

**Практические задания:**

1. Заполните таблицу «Этапы обучения двигательным действиям».

Этапы обучения (названия)	Цель этапа обучения	Основные педагогические задачи этапа
		1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____
		1. _____ 2. _____ 3. _____
		1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____

2. Эффективность процесса обучения двигательным действиям, продолжительность перехода от умения до уровня навыка зависит от:

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_
- 4) \_\_\_\_\_
- 5) \_\_\_\_\_

3. Укажите, в какой методической последовательности осуществляется овладение двигательным действием. Дайте краткую характеристику:

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_

3) \_\_\_\_\_

4) \_\_\_\_\_

### 3.2 КИМ для промежуточного контроля

#### Тематика презентаций:

1. Понятие «здоровье», его содержание и критерии.
2. Здоровый образ жизни студента. Рациональный режим труда и отдыха.
3. Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие.
4. Взаимосвязь общей культуры студента и его образа жизни.
5. Здоровый образ жизни и характеристики его составляющих.
6. Гигиеническая гимнастика как фактор здорового образа жизни.
7. Гигиенические основы закаливания.
8. Личная гигиена студента и ее составляющие.
9. Профилактика вредных привычек средствами физической культуры и спорта.
10. Физическое самовоспитание и совершенствование – условие здорового образа жизни.
11. Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния студента в экзаменационный период.
12. Методические принципы физического воспитания.
13. Средства и методы физического воспитания.
14. Учебно-тренировочное занятие как основная форма обучения упражнениям. Структура учебно-тренировочного занятия.
15. Коррекция физического развития телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта.
16. Формы занятий физическими упражнениями.
17. Общая и моторная плотность занятия.
18. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
19. Интенсивность нагрузок в условиях самостоятельных занятий у лиц разного возраста.
20. Организация самостоятельных занятий. Формы и содержание самостоятельных занятий.
21. Определение потребностей в занятиях физической культурой и спортом современной молодежи.
22. Гигиена самостоятельных занятий.
23. Самоконтроль в процессе самостоятельных занятий.
24. Определение понятия «спорт». Его отличие от других видов занятий физическими упражнениями.
25. Массовый спорт и спорт высших достижений. Их цели задачи.
26. История комплекса ГТО и БГТО.
27. Профилактика травматизма на занятиях физической культурой и спортом.

#### Тест для самопроверки:

**1. Целенаправленный, систематический и организованный процесс формирования и развития у социальных субъектов качеств, необходимых им для выполнения каких-либо функций, называется:**

- 1) учением;
- 2) преподаванием;
- 3) воспитанием;
- 4) обучением.

**2. Система движений, объединенная смысловыми двигательными задачами, называется:**

- 1) двигательными действиями;
- 2) спортивной техникой;
- 3) подвижной игрой;
- 4) физическими упражнениями.

**3. Педагогический процесс, направленный на системное освоение рациональных способов управления своими движениями, приобретение необходимых двигательных навыков, умений, а также связанных с этим процессом знаний, называется:**

- 1) физическим образованием;
- 2) физическим воспитанием;
- 3) физическим развитием;

4) физической культурой.

**4. Оптимальная степень владения техникой действия, характеризующаяся автоматизированным (т. е. при минимальном контроле со стороны сознания) управлением движениями, высокой прочностью и надежностью исполнения, называется:**

- 1) двигательным умением;
- 2) техническим мастерством;
- 3) двигательной одаренностью;
- 4) двигательным навыком.

**5. Из перечисленных пунктов:**

**1) нестабильность, 2) слитность, 3) неустойчивость, 4) автоматизированность, 5) излишние мышечные затраты, 6) экономичность — укажите те, которые являются характерными (отличительными) признаками *двигательного умения*:**

- 1) 2, 4;
- 2) 1, 3, 5;
- 3) 1, 2, 3, 4, 5, 6;
- 4) 1, 2, 6.

**6. Основным отличительным признаком *двигательного навыка* является:**

- 1) нестабильность в выполнении двигательного действия;
- 2) постоянная сосредоточенность внимания на технике выполнения двигательного действия;
- 3) автоматизированность управления двигательными действиями;
- 4) неустойчивость к действию сбивающих факторов (встречный ветер, дождь, плохое освещение мест занятий, шум в зале, на стадионе и т. п.).

**7. Из перечисленных пунктов выберите те, которыми можно дополнить следующее ниже предложение:**

- 1) врожденные способности занимающегося,
- 2) возраст занимающегося (ученика),
- 3) координационная сложность двигательного действия,
- 4) профессиональная компетенция преподавателя,
- 5) уровень мотивации, сознательности и критического мышления занимающегося (ученика).

***Решающая роль*, определяющая не только сроки, но и качество освоения двигательных действий, принадлежит:**

- 1) 4, 5;
- 2) 1, 2;
- 3) 3;
- 4) 1, 2, 3, 4, 5.

**8. Весь процесс обучения любому двигательному действию включает в себя, которые отличаются друг от друга, как частными задачами, так и особенностями методики.**

- Вставка-ответ: 1) три этапа;
- 2) четыре этапа;
  - 3) два этапа;
  - 4) пять этапов.

**9. Цель обучения на этапе начального разучивания техники двигательного действия:**

- 1) сформировать у ученика основы техники изучаемого движения и добиться его выполнения в общих чертах;
- 2) завершить формирование двигательного умения;
- 3) детализировано освоить и закрепить технику изучаемого двигательного действия;
- 4) достижение слитности и стабильности выполнения фаз и частей техники изучаемого двигательного действия

**10. Обучение двигательному действию начинается с:**

- 1) создания общего первоначального представления (смыслового и зрительного) о двигательном действии и способе его выполнения;
- 2) непосредственного разучивания техники двигательного действия по частям;
- 3) непосредственного разучивания техники двигательного действия в целом;
- 4) разучивания общеподготовительных упражнений.

**11. На этапе начального разучивания двигательного действия наиболее типичным (т. е. имеющим массовый характер) является:**

- 1) непроизвольная напряженность мускулатуры у учеников и связанная с ней общая скованность движений, их неточность (по амплитуде и направлению);
- 2) стабильность, слитность, надежность исполнения учениками двигательного действия;
- 3) минимальный контроль со стороны сознания обучающихся за управлением движениями (регулирование прилагаемых усилий, быстроты выполнения и направления движения);
- 4) высокая степень координации и автоматизации движений.

**12. В рамках одного занятия на этапе начального разучивания техники двигательного действия обучение движениям необходимо осуществлять:**

- 1) в подготовительной части занятия;
- 2) в начале основной части занятия;
- 3) в середине основной части занятия;
- 4) в конце основной части занятия.

**13. Приступая к непосредственному разучиванию техники двигательного действия, преподаватель в первую очередь намечает ведущий метод разучивания. Если действие сравнительно несложное по технике, его лучше осваивать:**

- 1) сразу в целостном исполнении (метод целостно-конструктивного упражнения);
- 2) по частям с последующим объединением отдельных частей в целое (расчлененно-конструктивный метод);
- 3) в различных игровых ситуациях (игровой метод обучения);
- 4) в различных соревновательных ситуациях: «кто правильнее», «кто точнее», «кто лучше» и т.п. (соревновательный метод обучения).

**14. Каким методом обучения преимущественно пользуются на тапе начального разучивания техники сложного двигательного действия?**

- 1) методом стандартно-интервального упражнения;
- 2) методом сопряженного воздействия;
- 3) расчлененно-конструктивным методом;
- 4) методом целостно-конструктивного упражнения.

**15. В процессе обучения двигательным действиям наибольшее количество двигательных ошибок допускается занимающимися:**

- 1) на этапе начального разучивания техники двигательного действия;
- 2) на этапе углубленного разучивания техники двигательной действия;
- 3) на этапе совершенствования двигательного действия;
- 4) на этапе взаимодействия различных по структуре двигательных навыков.

**16. Из перечисленных пунктов выберите те, которыми можно дополнить следующее ниже предложение:**

- 1) недостаточная общая физическая подготовленность занимающегося (ученика);
- 2) уменьшение в занятии числа учебных заданий и количества их повторений;
- 3) неуверенность занимающегося в своих силах, отсутствие решительности;
- 4) увеличение интервалов отдыха между повторениями двигательного действия;
- 5) нарушение требований к организации занятия (урока), ведущее, в частности, к преждевременному утомлению занимающихся.

Причинами двигательных ошибок на стадии формирования у занимающихся первоначального двигательного умения являются:

- 1) 1, 3, 5;
- 2) 2, 4;
- 3) 1, 2;
- 4) 1, 2, 3, 4, 5.

**17. Из перечисленных задач выберите те, которыми можно дополнить следующее ниже предложение:**

- 1) разучить технику двигательного действия (в целом и по частям);
- 2) устранить грубые ошибки, обуславливающие невыполнение действия или его значительное искажение;
- 3) достижение слитности фаз и частей техники двигательного действия;
- 4) обучение разным вариантам техники действия;

5) формирование умений применять изученное действие в различных условиях и ситуациях.

Частными педагогическими задачами *на этапе совершенствования двигательного действия* являются:

- 1) 4, 5;
- 2) 1, 2;
- 3) 1, 3, 5;
- 4) 1, 2, 3, 4, 5.

**18. Этап совершенствования двигательного действия продолжается:**

- 1) от 3 до 5 месяцев;
- 2) 1 год;
- 3) 2-3 года;
- 4) на протяжении всего времени занятия в избранном направлении физического воспитания.

**19. Совокупность упражнений, приемов и методов, направленных на обучение двигательным и другим умениям и навыкам, а также на их дальнейшее совершенствование, называется:**

- 1) методикой обучения;
- 2) физической культурой;
- 3) физическим образованием;
- 4) физическим воспитанием.

**20. Двигательные действия (включая их совокупности), которые направлены на реализацию задач физического воспитания, сформированы и организованы по его закономерностям, называются:**

- 1) физическими упражнениями;
- 2) подвижными играми;
- 3) двигательными умениями;
- 4) физическим совершенствованием.

**21. Упорядоченные способы взаимосвязанной деятельности преподавателя и учащихся, при помощи которых достигается прочное овладение знаниями, умениями и навыками, называются:**

- 1) методами обучения;
- 2) двигательными действиями;
- 3) методиками обучения;
- 4) учением и преподаванием.

**22. Совокупность обобщенных положений или система взглядов на понимание сущности, содержания, методики и организации учебного процесса, а также особенностей деятельности обучающихся и обучаемых в ходе его осуществления, называется:**

- 1) принципами обучения;
- 2) теорией или концепцией обучения;
- 3) обучением;
- 4) профессионально-педагогическим мастерством.

**23. В физическом воспитании и спорте проявляется положительный и отрицательный перенос двигательных навыков. Основным условием положительного переноса навыка является:**

- 1) высокий уровень профессионального мастерства учителя физической культуры, преподавателя физического воспитания, Репера по виду спорта;
- 2) наличие структурного сходства в главных фазах (отдельных звеньях) этих двигательных действий;
- 3) соблюдение принципа сознательности и активности;
- 4) учет индивидуальных особенностей занимающихся

#### **Вопросы для самоконтроля**

1. Основные понятия теории физической культуры.
2. Мировоззренческие основы физической культуры.
3. Теоретико-методические основы физической культуры.
4. Программно-нормативные основы физической культуры.
5. Цель и задачи физического воспитания.

6. Общие принципы системы физического воспитания: принцип содействия всестороннему и гармоничному развитию личности.

7. Общие принципы системы физического воспитания: принцип связи физического воспитания с практикой жизни.

8. Общие принципы системы физического воспитания: принципы оздоровительной направленности.

9. Взаимосвязь физического и умственного воспитания.

5. Взаимосвязь физического и нравственного воспитания.

6. Взаимосвязь физического и эстетического воспитания.

7. Взаимосвязь физического и трудового воспитания.

8. Средства физического воспитания.

9. Классификация физических упражнений.

10. Специфические методы физического воспитания.

11. Общепедагогические методы физического воспитания.

12. Методы обучения двигательным действиям.

13. Методы воспитания физических качеств.

14. Понятие спорта.

15. Классификация видов спорта.

### **3.3 Организация промежуточной аттестации по дисциплине**

Формой промежуточной аттестации по дисциплине «История физической культуры и спорта» является зачёт.

### **3.4. Критерии оценивания**

Шкала оценивания	Критерии оценки
Зачёт	
«Зачтено»	В процессе изучения дисциплины студент в полном объёме освоил виды учебной деятельности, предусмотренные программой
«Не зачтено»	В процессе изучения дисциплины студент не в полном объёме освоил виды учебной деятельности, предусмотренные программой

## **4. Организационно-педагогические условия реализации РПД**

### **4.1. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Подготовку к семинарскому занятию следует начинать с изучения лекционных материалов и рекомендованной литературы по теме.

При подборе материалов для выступления необходимо ориентироваться на различные источники информации, отражающие проблематику семинара. Отобранные студентами материалы должны быть логически выстроены, ранжированы по степени значимости и по возможности промаркированы. Предварительная работа студентов может быть направлена на создание презентаций, схем, кластеров и других графических моделей, способствующих визуализации, структурированию и обобщению учебного материала.

Результатом самостоятельной работы по подготовке к семинарскому занятию должна стать готовность студентов к публичному выступлению и анализу содержания предложенных текстов.

В обсуждении содержания семинара участникам необходимо ориентироваться на выступления оценочного характера, возможность раскрытия и обоснования различных точек зрения на проблематику занятия, а также коллективный характер поиска ответов на поставленные вопросы.

Критерии оценки:

- содержательность материалов выступления;
- структурированность текстов;
- осознанность и адекватность понимания текстов;
- терминологическая корректность выступления;
- аргументированность суждений, выводов;
- наличие подготовленной визуальной информации;
- активность участия в дискуссии

Самостоятельная работа студентов организуется на основе выполнения заданий по материалам лекций и подготовки к семинарским занятиям в микрогруппах:

### **Инструкция по работе на семинаре (устный ответ)**

Семинарские занятия – неотъемлемая составляющая практической работы студентов в вузе. Она нужна для развития таких навыков, как рассуждение, доказательство точки зрения и ведение диалога.

Во время семинара каждый должен принимать активное участие.

При оценке устных ответов студентов по дисциплине учитываются следующие критерии:

1) Знание основных процессов изучаемой предметной области, глубина и полнота раскрытия вопроса.

2) Владение терминологическим аппаратом и использование его при ответе.

3) Умение объяснить сущность явлений, событий, процессов, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы.

4) Владение монологической речью, логичность и последовательность ответа, умение отвечать на поставленные вопросы, выражать свое мнение по обсуждаемой проблеме.

Приступая к подготовке семинарского занятия необходимо проанализировать изучаемую тему, выделить цели и основные проблемы, которые выносятся на обсуждение. Следующим шагом должно стать изучение лекционного материала, данного преподавателем. Однако, несмотря на подробное изложение материала на лекции, не всегда можно детально рассмотреть все вопросы, касающиеся данной темы. Именно поэтому студенту необходимо изучить рекомендованную литературу по теме.

В процессе работы на семинаре необходимо четко и ясно излагать свои мысли и слушать выступления других участников, а при несогласии с чьим-то мнением не бояться критиковать, но подтверждать свои высказывания аргументами.

Текущий контроль осуществляется в виде индивидуальных устных опросов на семинарском занятии. Устный ответ должен быть изложен студентом объемно и точно. При оценивании ответа студента преподаватель использует несколько основных критериев: самостоятельный ответ (без чтения конспекта); оперирование при ответе ссылками на различные теоретические и фундаментальные исследования, относящимися к теме; понимание студентом всех используемых при ответе категорий и понятий; ответы на дополнительные вопросы преподавателя или других студентов. Допускается разумная опора на конспект или таблицу, сделанные студентом во время самостоятельной работы.

### Инструкция по подготовке к собеседованию

Собеседование проводится после изучения всех тем дисциплины. Собеседование – средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу.

Критерии оценки при собеседовании

Цель собеседования: оценка	Критерии оценки результатов
усвоения знаний	глубина, прочность, систематичность знаний
умений применять знания	адекватность применяемых знаний ситуации; рациональность используемых подходов
сформированности профессионально значимых личностных качеств	степень проявления необходимых качеств
сформированности системы ценностей/отношений	степень значимости определенных ценностей; проявленное отношение к определенным объектам, ситуациям
коммуникативных умений	умение поддерживать и активизировать беседу; корректное поведение и др.

При подготовке к собеседованию необходимо самостоятельно систематизировать и концептуализировать учебный материал. Во время собеседования студенты должны показать знания основных понятий и теорий изучаемого курса, умение последовательно и грамотно излагать учебный материал.

### Требования к созданию презентаций:

Название критерия	Оцениваемые параметры
Тема презентации	Соответствие темы программе учебного предмета, раздела
Дидактические и	Соответствие целей поставленной теме Достижение поставленных целей и



методические цели и задачи презентации	задач
Выделение основных идей презентации	Соответствие целям и задачам Содержание умозаключений Вызывают ли интерес у аудитории Количество (рекомендуется для запоминания аудиторией не более 4-5)
Содержание	Достоверная информация об исторических справках и текущих событиях Все заключения подтверждены достоверными источниками Язык изложения материала понятен аудитории Актуальность, точность и полезность содержания
Подбор информации для создания проекта – презентации	Графические иллюстрации для презентации Статистика Диаграммы и графики Экспертные оценки Ресурсы Интернет Примеры Сравнения Цитаты и т.д.
Подача материала проекта – презентации	Хронология Приоритет Тематическая последовательность Структура по принципу «проблема-решение»
Логика и переходы во время проекта – презентации	От вступления к основной части От одной основной идеи (части) к другой От одного слайда к другому Гиперссылки
Заключение	Яркое высказывание - переход к заключению Повторение основных целей и задач выступления Выводы Подведение итогов Короткое и запоминающееся высказывание в конце
Дизайн презентации	Шрифт (читаемость) Корректно ли выбран цвет (фона, шрифта, заголовков) Элементы анимации
Техническая часть	Грамматика. Подходящий словарь. Наличие ошибок правописания и опечаток

## 4.2 Учебно-методическое и информационное обеспечение курса

### а) основная литература:

1. Парыгина, О. В. Теория физической культуры и спорта : учебное пособие / О. В. Парыгина. — Москва: Московская государственная академия водного транспорта, 2019. — 131 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/97326.html> (дата обращения: 11.11.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Царик, А. В. Справочник работника физической культуры и спорта : нормативные правовые и программно-методические документы, практический опыт, рекомендации / А. В. Царик. — 5-е изд. — Москва : Издательство «Спорт», 2018. — 1144 с. — ISBN 978-5-9500179-6-4. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/77242.html> (дата обращения: 12.11.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

### б) дополнительная литература:

1. Марченко А.Л. История физической культуры. История развития физической культуры в зарубежных странах [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Марченко А.Л.— Электрон. текстовые данные.— Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2012.— 193 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22301>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

2. Германов Г.Н. История, теория и организация физической культуры и спорта. 150 вопросов абитуриенту [Электронный ресурс]: ответы и самоконтроль. Учебное пособие для абитуриентов/ Германов Г.Н., Злобина М.Е., Хомяк П.А.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2015.— 365 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/27256>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

3. Агеева Е.Ю. Большепролетные спортивные сооружения. Архитектурные и конструктивные особенности [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Агеева Е.Ю., Филиппова М.А.— Электрон. текстовые данные.— Нижний Новгород: Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2014.— 84 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/30796>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

**в) перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и ЭБС.**

1) ЭБС IPRbooks- <http://www.iprbookshop.ru/>

2) Российская государственная библиотека - <http://www.rsl.ru/>

**г) информационные технологии,** используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

При проведении учебных занятий и самостоятельной подготовке обучающихся в зависимости от материально-технической базы аудитории используется следующее лицензионное программное обеспечение:

- для обеспечения работы персонального компьютера (ноутбука) операционная система Microsoft Windows XP, 7, 8.1 или Linux на базе ядра версии 3.0 или более позднего (OpenSuse или CalculateLinux);

- для работы с текстовыми документами Microsoft Office Word, LibreOffice Writer или WPS Writer;

- для демонстрации мультимедийных презентаций: Microsoft Office Power Point, Libre Office Impress или WPS Presentation;

- для работы с электронными таблицами: Microsoft Excel, Libre Office Calc или WPS Spreadsheets;

- для работы с графическими файлами: Adobe Photoshop, Microsoft Paint или GIMP;

- для работы в сети Internet: Microsoft Internet Explorer, Mozilla Firefox или Google Chrome;

- для подготовки материалов для интерактивной доски: ПО Notebook

- для написания программного кода: Borland Delphi, ABC Pascal или Lazarus

В качестве справочных систем используются:

- Справочно-правовая система «Консультант Плюс»,

- Справочно-правовая система «Гарант» в локальном или сетевом исполнении.

Базы данных:

Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU

**4. 3. Материально-техническая база:**

Перечень материально-технического обеспечения, необходимого для реализации программы, включает в себя:

**Специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации**

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд.№ 38, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	- Рабочее место преподавателя; - 28 учебных мест для обучающихся; - Доска ДА-32(к) – 1 ед.; - Интерактивная панель GECKO TOUCH INTERACTIVE – 1 ед.; - Образовательный интерактивный пол «Floorium Adaptive» - 1 шт.; - Программное обеспечение «Информационный терминал UTSkids 43» – 1 шт.; - Интерактивная песочница iSandBox – 1 шт.; Интерактивный образовательный комплекс «Играй и Развивайся» - 1 шт. «Центр» модель Творческая лаборатория (для детей) – 1 шт.

**Специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся**

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд. № 21, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	- Рабочее место преподавателя; - 20 мест для обучающихся; - Компьютеры: количество – 11 ед., - Доска ДА-32(к) классная – 1 шт.; - Интерактивная панель GECKOTOUCH INTERACTIVE – 1 ед.; - VR HTC Vive – 4 ед.; - Перворобот LEGO Wedo Education – 1 шт. - Базовый набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.; - Расширенный набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.; - Lego Education Spike Essential – 4 шт.; - Lego Education Spike Prime – 4 шт.; - HIWONDER SPIDERBOT – 2 шт.; - Квадрокоптер Ryze Tello – 5 шт.4 - Учебная модульная станция Dobot MOOZ 3DF Plus – 2 шт.

Все указанные специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду вуза (<http://edu.omgpu.ru/>).

#### Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
Кабинет № 20 учебного корпуса Филиала ОмГПУ в г.Таре (ул. Школьная, 69) Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования	- Стол письменный – 3 ед.; - Стул – 3 ед.; - Ноутбук HP – 1 ед.; - Персональный компьютер – 1 шт. - Видеокамера Sony HDR-SR10E – 2 ед. - Видеокамера Panasonic HC-V760 – 2 ед.; - Принтер Canon – 1 шт.; - Принтер Epson – 2 шт.

#### 4.4.Образовательные ехнологии, используемые при изучении дисциплины

При изучении дисциплины основная роль отводится системно-деятельностному, личностно-ориентированному подходам, технологии повышения мотивационного потенциала к занятиям физической культурой.

#### 4.5. Описание оценочных материалов, используемых при промежуточной аттестации

Вид промежуточной аттестации	Краткая характеристика КИМ	ФИО ППС, ответственных за разработку КИМ
Зачёт	<b>Вопросы к зачету</b> 1. Основные понятия теории физической культуры. 2. Мировоззренческие основы физической культуры. 3. Теоретико-методические основы физической культуры. 4. Программно-нормативные основы	Демидович Е.А.

	<p>физической культуры.</p> <p>5. Цель и задачи физического воспитания.</p> <p>6. Общие принципы системы физического воспитания: принцип содействия всестороннему и гармоничному развитию личности.</p> <p>7. Общие принципы системы физического воспитания: принцип связи физического воспитания с практикой жизни.</p> <p>8. Общие принципы системы физического воспитания: принципы оздоровительной направленности.</p> <p>9. Взаимосвязь физического и умственного воспитания.</p> <p>10. Взаимосвязь физического и нравственного воспитания.</p> <p>11. Взаимосвязь физического и эстетического воспитания.</p> <p>12. Взаимосвязь физического и трудового воспитания.</p> <p>13. Средства физического воспитания.</p> <p>14. Классификация физических упражнений.</p> <p>15. Специфические методы физического воспитания.</p> <p>16. Общепедагогические методы физического воспитания.</p> <p>17. Методы обучения двигательным действиям.</p> <p>18. Методы воспитания физических качеств.</p> <p>19. Понятие спорта.</p> <p>20. Классификация видов спорта.</p>	
--	--	--

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
филиал Федерального государственного бюджетного образовательного  
учреждения высшего образования  
«Омский государственный педагогический университет» в г. Таре  
(Филиал ОмГПУ в г. Таре)



Утверждаю  
Председатель Учебно-методического совета:  
директор Филиала Л.П. Берестовская  
«15» октября 2024 г., протокол № 3

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**Базовые и новые виды физической культуры и спорта**

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки

«Физкультурное образование»

Программа составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования от 22.02.2018 №121 и с учётом требований Профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» от 18.10.2013 №544н

Составитель:  
Демидович Е.А., к.п.н., доцент кафедры педагогики и развития образования

Тара, 2024

## 1. Общая характеристика РПД

Название дисциплины «Базовые и новые виды физической культуры и спорта»

Форма обучения: очная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Общая трудоёмкость учебной дисциплины для слушателей: 64 (час.),

в том числе, по видам учебных занятий, из них:

- лекций – 4 ак. час.
- практических занятий – 8 ак. час.

Объём самостоятельной работы обучающихся – 52 ак.ч.

Форма промежуточной аттестации: экзамен, зачёт

Дисциплина «Базовые и новые виды физической культуры и спорта» включена в дополнительную профессиональную программу профессиональной переподготовки (далее ДПП ПП) «Физкультурное образование».

**Цель дисциплины:** формирование у слушателей готовности к реализации профессиональных задач в новых социально – экономических условиях в соответствии с требованиями личности, общества и научными достижениями в области теории и методики физической культуры и спорта.

Вид деятельности / обобщённая трудовая функция	Профессиональная компетенция / трудовая функция	Умения / необходимые умения	Знания / необходимые знания
ПД <sub>1</sub> Педагогическая деятельность (ОТФ <sub>3.1</sub> Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования)	ПК 1.1 / ОПК-1, ОПК-2, ОПК-5 Способен к осуществлению разработки и реализации программ учебных дисциплин в образовательных организациях / ТФ <sub>1</sub> Общепедагогическая функция. Обучение	Разрабатывать и проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения	Социально-биологические основы физической культуры, основные принципы оздоровительной физической подготовки, обеспечивающей полноценную деятельность
	ПК 1.2 / ОПК 4 Способен к реализации современных форм и методов воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности / ТФ <sub>2</sub> Воспитательная деятельность	Владеть методами убеждения, аргументации своей позиции; диагностировать причины конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения	Диагностировать функциональное состояние, оценивать уровень физической подготовленности по отдельным показателям, выполнять различные комплексы физических упражнений оздоровительной направленности;
	ПК 1.3 / ОПК-8 Способен к формированию и реализации программ развития универсальных учебных действий,	Устанавливать контакты с обучающимися разного возраста и их родителями (законными представителями), другими	Некоторыми способами самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями, способами регулирования

	образцов и ценностей социального поведения, толерантности и позитивных образцов поликультурного общения / ТФ <sub>3</sub> Развивающая деятельность	педагогическими и иными работниками	психозэмоционального состояния и мышечной релаксации в физкультурной деятельности, способами организации физкультурной деятельности обеспечивающей полноценную деятельность
--	--	-------------------------------------	---

## 2. Содержание дисциплины

### 2.1. Принципы отбора содержания и организации учебного материала

- соответствия содержания уровню развития современной науки, практики, основным требованиям развивающегося демократического общества
- учёта единства содержательной и процессуальной сторон обучения
- структурной целостности содержания с учетом индивидуальных потребностей слушателей
- достаточности содержания для формирования у слушателя профессиональных компетенций, выполнения трудовых функций, предусмотренных ДПП ПП.

### 2.2 Междисциплинарные связи дисциплины

Дисциплина «Базовые и новые виды физической культуры и спорта» связана с такими учебными дисциплинами, как «Теория физической культуры и спорта» и «История физической культуры и спорта».

### 2.3 Тематический план дисциплины

№	Тема (раздел) дисциплины	Всего академических часов	В том числе, по видам занятий		Самостоятельная работа слушателей
			Лекции	Практические занятия	
<b>1 семестр</b>					
1.	Организация и методика построения занятий по ритмической гимнастике.	10,5	0,5	1	9
2.	Организация и методика проведения занятий по оздоровительной и спортивной аэробике.	11	1	1	9
3.	Характеристика спортивных игр.	10,5	0,5	2	8
ИТОГО		32	2	4	26
<b>2 семестр</b>					
1.	Система соревнований играх.	11,5	0,5	2	9
2.	Характеристика техники игры в баскетбол.	10,5	0,5	1	9

3.	Организация и проведение соревнований по волейболу.	11	1	2	8
ИТОГО		32	2	4	26
ИТОГО ЗА КУРС		62	4	8	52

## 2.4 Основное содержание тем

### I семестр

#### Тема 1. «Организация и методика построения занятий по ритмической гимнастике».

Организация и проведение занятий по ритмической гимнастике (подготовительная, основная и заключительная части урока). Приёмы страховки и само страховки на занятиях. Подбор, хранение и использование оборудования и инвентаря

#### Тема 2. «Организация и методика проведения занятий по оздоровительной и спортивной аэробике».

Организация и методика проведения занятий по оздоровительной аэробике. Основные понятия, терминология, средства оздоровительной аэробики. Организация и методика проведения занятий по спортивной аэробике.

#### Тема 3. «Характеристика спортивных игр».

Спортивные игры как средство физического воспитания. Использование спортивных игр для формирования основ культуры здорового образа жизни. Общие задачи спортивных игр

### II семестр

#### Тема 1. «Система соревнований в играх».

Структура соревновательной деятельности в спортивных играх. Факторы, определяющие эффективность соревновательной деятельности. Управление соревновательной деятельностью игроков и команды. Основы судейства. Общие принципы построения и проведения соревнований по игровым видам спорта. Системы розыгрыша в проведении соревнований.

#### Тема 2. «Характеристика техники игры в баскетбол».

Эволюция правил игры в баскетбол. Действующие правила игры. Основные способы проведения соревнований Упрощенные правила игры. Методика судейства. Терминология и жестикация. Особенности судейства.

#### Тема 3. «Организация и проведение соревнований по волейболу».

Организация соревнований по волейболу. Основы судейства на соревнованиях по волейболу.

## 2.5 Основные понятия (тезаурус)

**Ходьба** — циклический вид, требующий проявления специальной выносливости. У мужчин проводятся заходы: на стадионе — на 3, 5, 10, 20 км; на шоссе — на 50 км; у женщин: на стадионе — на 3, 5, 10 км, на шоссе — на 20 км.

**Спринт, или бег на короткие дистанции** — циклический вид, требующий проявления скорости и скоростной выносливости. Соревнования в беге на стадионе и в манеже на дистанции 60, 100, 200, 300, 400, 600 м проводятся одинаково для мужчин и женщин.

**Бег на длинные дистанции** — циклический вид, требующий проявления специальной выносливости.

**Бег с барьерами** — по структуре смешанный вид, требующий проявления скорости, скоростной выносливости, ловкости, гибкости. Соревнования проводятся у мужчин на дистанции 110 и 400 м на стадионе и 60 и 110 м в манеже; у женщин на дистанции 100 и 400 м на стадионе и на 60 и 100 м в манеже.

**Бег с препятствиями** — по структуре смешанный вид, требующий проявления специальной выносливости, ловкости, гибкости. Проводится у женщин и мужчин на стадионе и в манеже. Дистанции у женщин и мужчин — 3000 м.

**Эстафетный бег** — по структуре смешанный вид, очень близкий к циклическим, командный вид, требующий проявления скорости, скоростной выносливости, ловкости. Классические разновидности 4 × 100 м и 4 × 400 м проводятся у мужчин и женщин на стадионе.



**Кросс** — бег по пересеченной местности, смешанный вид, требующий проявления специальной выносливости и ловкости. Проводится по пересеченной местности у мужчин на дистанции 1, 2, 3, 5, 8, 12 км, у женщин на 1, 2, 3, 4, 6 км.

**Метание копья** — ациклический вид, требующий от спортсмена проявления скоростных, силовых, скоростно-силовых качеств, гибкости, ловкости. Метание выполняется с прямого разбега мужчинами и женщинами только на стадионе. Копье обладает аэродинамическими свойствами.

**Метание диска** — ациклический вид, требующий от спортсмена силовых, скоростно-силовых качеств, гибкости, ловкости. Метания выполняются из круга мужчинами и женщинами только на стадионе. Диск обладает аэродинамическими свойствами.

**Метание молота** — ациклический вид, требующий от спортсмена силовых, скоростно-силовых качеств, гибкости, ловкости. Метания выполняются из круга мужчинами и женщинами только на стадионе. Является одним из наиболее опасных видов легкой атлетики.

**Толкание ядра** — ациклический вид, требующий от спортсмена проявления силовых, скоростно-силовых качеств, ловкости. Выполняется толкание из круга мужчинами и женщинами на стадионе и в манеже.

**Многоборья** требуют от спортсменов разностороннего развития всех физических качеств. Классическими видами многоборья являются: у мужчин — десятиборье, у женщин — семиборье.

**Строевые упражнения** — это совместные или одиночные действия занимающихся в том или ином строю. Используются они для более организованного проведения занятий, рационального размещения занимающихся во время упражнений, как на месте, так и в движении.

**ОРУ (Общеразвивающие упражнения)** — это упражнения, создаваемые аналитическим путем, включающие движения отдельными частями тела или их сочетания и оказывающие всестороннее воздействие на организм. К общеразвивающим упражнениям относятся любые технически несложные упражнения, составленные из одиночных или совмещенных движений головой, туловищем, руками и ногами, выполняемые индивидуально или с партнером, а также с использованием гимнастических снарядов и различных предметов.

## 2.6 Организация самостоятельной работы слушателей

Самостоятельная работа слушателя организуется в форме самоподготовки к лекционным и практическим занятиям.

№	Тема	Задания для самостоятельной работы	Источники, средства электронной поддержки	Форма контроля
1	Организация и методика построения занятий по ритмической гимнастике.	Вопросы для самоконтроля.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Собеседование по вопросам.
2	Организация и методика проведения занятий по оздоровительной и спортивной аэробике.	Вопросы для самоконтроля.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Собеседование по вопросам.
3	Характеристика спортивных игр.	Вопросы для самоконтроля. Презентация	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Собеседование по вопросам. Презентация
4	Система соревнований играх.	Вопросы для самоконтроля	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Собеседование по вопросам
5	Характеристика техники игры в баскетбол.	Вопросы для самоконтроля.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Собеседование по вопросам.
6	Организация и проведение соревнований по волейболу.	Вопросы для самоконтроля. Тестирование	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Собеседование по вопросам. Тест

### 3. Фонд оценочных средств для аттестации по дисциплине

#### 3.1. КИМ для текущего контроля

##### І семестр

##### Семинар 1. Организация и методика построения занятий по ритмической гимнастике.

**Цель:** рассмотреть особенности организации и методики построения занятий по ритмической гимнастике.

**План:**

1. Возникновение и развитие ритмической гимнастики.
2. Роль и значение ритмической гимнастики для человека.
3. Виды ритмической гимнастики.
4. Методика и структура занятий.
5. Методические рекомендации при составлении комплексов.

**Практические задания:**

1. Разработать занятие оздоровительной направленности по ритмической гимнастике.

##### Организация и методика проведения занятий по оздоровительной и спортивной аэробике

**Цель:** рассмотреть особенности организации и методики построения занятий по оздоровительной и спортивной аэробике.

**План:**

1. Основные понятия, терминология, средства оздоровительной аэробики.
2. Организация и методика проведения занятий по оздоровительной аэробике.
3. Организация и методика проведения занятий по спортивной аэробике.
4. Организация и проведение комплекса аэробных упражнений на базе основных элементов для разного возраста.
5. Организация и проведение комплекса силовых упражнений для различных мышечных групп, разных возрастных групп.
6. Организация и проведение занятий по спортивной аэробике.

**Практические задания:**

Разработать занятие оздоровительной направленности по аэробике.

##### Семинар 2. Организация и методика проведения занятий по шейпингу

**Цель:** рассмотреть особенности организации и методики построения занятий по шейпингу.

**План:**

1. Шейпинг и его отличительные особенности.
2. Методические принципы при занятиях шейпингом.
3. Методика занятий шейпингом.
4. Структура, содержание и методические рекомендации при занятиях шейпингом.
5. Питание в шейпинге.
6. Контроль и самоконтроль при занятиях шейпингом.
7. Противопоказания для занятий шейпингом.

**Практические задания:**

Разработать занятие оздоровительной направленности по шейпингу

##### ІІ семестр

##### Семинар 1. Организация и методика проведения занятий по стретчингу

**Цель:** рассмотреть особенности организации и методики построения занятий по стретчингу.

**План:**

1. Гибкость как физическое качество.
2. Методика проведения разминки (основные принципы и средства).
3. Методы стретчинга на разные группы мышц.
4. Составление комплекса упражнений для растяжки мышц верхнего плечевого пояса.
5. Составление комплекса упражнений для растяжки мышц нижних конечностей.

**Практические задания:**

Разработать занятие оздоровительной направленности по стретчингу.

##### Организация и методика проведения занятий по калланетике и пилатесу.

**Цель:** рассмотреть особенности организации и методики построения занятий по пилатесу.

**План:**

1. История возникновения и развития оздоровительной системы Пилатес.

2. Цель и задачи применения упражнений по системе Пилатес.
3. Основные требования техники безопасности, предъявляемые к занимающимся в учебно-оздоровительных группах по Пилатесу.
4. Оздоровительное действие упражнений системы пилатес.
5. Составление комплексов базовых и модифицированных упражнений системы пилатес.
6. Организация и проведение занятий по пилатесу.
7. Разновидности форм организации занятий по пилатесу.
8. Цель и задачи применения упражнений системы калланетика.
9. Базовые упражнения системы калланетика.

**Практические задания:**

Разработать занятие оздоровительной направленности по калланетике и пилатесу.

**Семинар 2. Техника профессионально-значимых двигательных действий в гандболе и методика обучения этим действиям.**

**Цель:** рассмотреть техники профессионально-значимых двигательных действий в гандболе и методика обучения этим действиям.

**План:**

1. Классификация техники игры.
2. Техника полевого игрока в нападении. Методика обучения.
3. Техника полевого игрока защиты. Методика обучения.
4. Техника действий вратаря. Методика обучения.

**3.2 КИМ для промежуточного контроля**

**Примерные темы презентаций**

1. Становление и развитие гимнастики как раздела спорта в России.
2. Гимнастика у младших школьников.
3. Гимнастика у старших школьников.
4. Гимнастические упражнения как средство оздоровления в школе.
5. Плавание - как всестороннее средство восстановления.
6. Роль плавания в жизни человека.
7. Лыжный спорт в системе массовой физкультурно-оздоровительной работы.
8. Методика проведения занятий по лыжному спорту с лицами старшего и пожилого возраста.
9. Методика спортивной подготовки ветеранов в лыжных гонках.
10. Оценка и определение эквивалентных результатов в лыжных гонках у ветеранов лыжного спорта.
11. Возникновение и развитие легкой атлетики.
12. Легкая атлетика в системе физического воспитания.
13. Организация, проведение и правила соревнований по легкой атлетике.
14. Организационные и методические принципы работы педагога по физической культуре.
15. Планирование учет работы по легкой атлетике в школе.
16. Принципы спортивной тренировки в легкой атлетике.
17. Средства и методы спортивной тренировки.
18. Периодизация спортивной тренировки.
19. Нагрузки в тренировочном процессе.
20. Техника легкоатлетического вида (по выбору).

**Тест для самопроверки:**

**Вопрос 1. Технику передвижений в баскетболе составляют:**

Варианты ответов

- А) ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты
- В) бег, прыжки, передачи мяча, броски
- С) бег, ведение, остановки, передачи мяча, повороты
- D) ходьба, бег, прыжки, остановки, броски

**Вопрос 2. С помощью какого теста определяется физическое качество быстрота?**

Варианты ответов

- А) прыжка в длину с разбега
- В) бега на 30 м и 60 м

- С) бега на 1000 м
- D) метания мяча

**Вопрос 3. Кроль, брасс - это...**

Варианты ответов

- А) элементы фигурного катания
- В) подвижные игры
- С) способы плавания
- D) название балльных танцев

**Вопрос 4. На какой высоте устанавливают женскую сетку в волейболе?**

Варианты ответов

- А) 243 см
- В) 224 см
- С) 233 см
- D) 305 см

**Вопрос 5. Укажите, какова продолжительность дополнительного периода игры при ничьей в баскетболе:**

Варианты ответов

- А) 20 минут
- В) 10 минут
- С) 5 минут
- D) 2 минуты

**Вопрос 6. В пятом сете в волейболе игра продолжается до:**

Варианты ответов

- А) 20 очков
- В) до 25 очков
- С) до 8 очков
- D) до 15 очков

**Вопрос 7. Закончите утверждение: Бежать на стадионе следует \_\_\_\_\_.**

Варианты ответов

- А) только по часовой стрелке
- В) только против часовой стрелки
- С) как по часовой, так и против часовой стрелки
- D) все ответы верны

**Вопрос 8. Отметьте признаки очень большой степени утомления.**

Варианты ответов

- А) резкое покраснение и побледнение кожи, выступание соли с потоотделением, одышка, нарушение координации движений, замедленное выполнение заданий и на повторную команду
- В) значительное покраснение кожи и лица, большая потливость головы и туловища, значительное учащение дыхания, движения неуверенные, неточность выполнения команд
- С) небольшое покраснение кожи лица и тела, потливость небольшая, дыхание учащенное, движения не нарушены, внимание безошибочное
- D) цвет кожи нормальный, потливость не наблюдается, дыхание спокойное, внимание сосредоточенное

**Вопрос 9. Отметьте, что необходимо делать для улучшения осанки.**

Варианты ответов

- А) спать на плоской подушке и ровном средней жёсткости матрасе
- В) сидеть за партой или столом прямо, слегка наклонив голову, опираясь в области поясницы на спинку стула
- С) регулярно укреплять мышцы физическими упражнениями
- D) все ответы верны

**Вопрос 10. Комплексная система оздоровительных мероприятий и воздействий на организм, с использованием целебных сил природы, называется:**

Варианты ответов

- А) здоровым образом жизни
- В) закаливанием
- С) атлетической гимнастикой
- D) тренировки

## Вопросы для самоконтроля:

### 1 семестр

1. Основные понятия, классификация новых видов физкультурно-спортивных занятий.
2. Общая характеристика ритмической гимнастики.
3. Организация и проведение занятий по ритмической гимнастике (подготовительная, основная и заключительная части).
4. Общая характеристика оздоровительной и спортивной аэробики.
5. Основные понятия, терминология, средства оздоровительной аэробики.
6. Общая характеристика шейпинга.
7. Организация и методика построения занятий по шейпингу.
8. Общая характеристика стретчинга.
9. Организация и методика построения занятий по шейпингу.
10. Общая характеристика пилатеса.
11. Организация и методика построения занятий по пилатесу.
12. Общая характеристика калланетики.
13. Организация и методика построения занятий по калланетике.
14. Противопоказания и техника безопасности при проведении занятий новыми видами

ФКиС

15. Классификация видов спорта.

### 2 семестр

1. Характеристика спортивных игр, их специфические признаки.
2. Место и значение спортивных игр в системе физического воспитания.
3. Требования к специалисту по спортивным играм.
4. Факторы, обуславливающие эффективность соревновательной деятельности в спортивных играх.
5. Периодизация спортивной тренировки в спортивных играх.
6. Планирование учебного процесса по спортивным играм в школе. 7. Виды подготовки в спортивных играх, их взаимосвязь.
7. Функции и амплуа игроков в футболе, волейболе, баскетболе, их характеристика.
8. Материально-техническое обеспечение занятий волейболом, баскетболом, футболом, настольным теннисом.
9. Спортивные игры (волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис) в школе.
10. Индивидуальные и групповые действия в нападении и защите (волейбол, баскетбол, футбол).
11. Характеристика волейбола, баскетбола, футболом настольного тенниса как вида спорта и как средства физического воспитания.
12. Состав судейской бригады в волейболе. Права и обязанности судей.
13. Баскетбол. Позиционное нападение. Характеристика и методика обучения.
14. Волейбол. Анализ техники и методика обучения верхней прямой подачи.
14. Баскетбол. Анализ техники и методика обучения броску в прыжке одной рукой от плеча.
15. Баскетбол. Зонная система защиты, её разновидности. Анализ и применение в игре.
16. Состав судейской бригады в баскетболе. Права и обязанности судей в поле.
17. Исторический обзор возникновения игры в волейбол. Развитие игры в России.
18. Исторический обзор возникновения игры баскетбол. Развитие игры в России.

### 3.3 Организация промежуточной аттестации по дисциплине

Формой промежуточной аттестации по дисциплине «Базовые и новые виды физической культуры и спорта» является экзамен, зачёт.

### 3.4.Критерии оценивания

Шкала оценивания	Критерии оценки
	Экзамен
«Отлично»	Теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые компетенции сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены.

«Хорошо»	Теоретическое содержание курса освоено полностью, необходимые компетенции в основном сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения достаточно высокое.
«Удовлетворительно»	Теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, необходимые компетенции в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных задач выполнено, в них имеются ошибки.
«Неудовлетворительно»	Теоретическое содержание курса освоено частично, необходимые компетенции не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий.

Шкала оценивания	Критерии оценки
	Зачёт
«Зачтено»	В процессе изучения дисциплины студент в полном объёме освоил виды учебной деятельности, предусмотренные программой
«Не зачтено»	В процессе изучения дисциплины студент не в полном объёме освоил виды учебной деятельности, предусмотренные программой

#### 4. Организационно-педагогические условия реализации РПД

##### 4.1. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Подготовку к семинарскому занятию следует начинать с изучения лекционных материалов и рекомендованной литературы по теме.

При подборе материалов для выступления необходимо ориентироваться на различные источники информации, отражающие проблематику семинара. Отобранные студентами материалы должны быть логически выстроены, ранжированы по степени значимости и по возможности промаркированы. Предварительная работа студентов может быть направлена на создание презентаций, схем, кластеров и других графических моделей, способствующих визуализации, структурированию и обобщению учебного материала.

Результатом самостоятельной работы по подготовке к семинарскому занятию должна стать готовность студентов к публичному выступлению и анализу содержания предложенных текстов.

В обсуждении содержания семинара участникам необходимо ориентироваться на выступления оценочного характера, возможность раскрытия и обоснования различных точек зрения на проблематику занятия, а также коллективный характер поиска ответов на поставленные вопросы.

Критерии оценки:

- содержательность материалов выступления;
- структурированность текстов;
- осознанность и адекватность понимания текстов;
- терминологическая корректность выступления;
- аргументированность суждений, выводов;
- наличие подготовленной визуальной информации;
- активность участия в дискуссии

Самостоятельная работа студентов организуется на основе выполнения заданий по материалам лекций и подготовки к семинарским занятиям в микрогруппах:

##### **Инструкция по работе на семинаре (устный ответ)**

Семинарские занятия – неотъемлемая составляющая практической работы студентов в вузе. Она нужна для развития таких навыков, как рассуждение, доказательство точки зрения и ведение диалога.

Во время семинара каждый должен принимать активное участие.

При оценке устных ответов студентов по дисциплине учитываются следующие критерии:

- 1) Знание основных процессов изучаемой предметной области, глубина и полнота раскрытия вопроса.
- 2) Владение терминологическим аппаратом и использование его при ответе.
- 3) Умение объяснить сущность явлений, событий, процессов, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы.
- 4) Владение монологической речью, логичность и последовательность ответа, умение отвечать на поставленные вопросы, выражать свое мнение по обсуждаемой проблеме.

Приступая к подготовке семинарского занятия необходимо проанализировать изучаемую тему, выделить цели и основные проблемы, которые выносятся на обсуждение. Следующим шагом должно стать изучение лекционного материала, данного преподавателем. Однако, несмотря на подробное изложение материала на лекции, не всегда можно детально рассмотреть все вопросы, касающиеся данной темы. Именно поэтому студенту необходимо изучить рекомендованную литературу по теме.

В процессе работы на семинаре необходимо четко и ясно излагать свои мысли и слушать выступления других участников, а при несогласии с чьим-то мнением не бояться критиковать, но подтверждать свои высказывания аргументами.

Текущий контроль осуществляется в виде индивидуальных устных опросов на семинарском занятии. Устный ответ должен быть изложен студентом объемно и точно. При оценивании ответа студента преподаватель использует несколько основных критериев: самостоятельный ответ (без чтения конспекта); оперирование при ответе ссылками на различные теоретические и фундаментальные исследования, относящимися к теме; понимание студентом всех используемых при ответе категорий и понятий; ответы на дополнительные вопросы преподавателя или других студентов. Допускается разумная опора на конспект или таблицу, сделанные студентом во время самостоятельной работы.

#### **Инструкция по подготовке к собеседованию**

Собеседование проводится после изучения всех тем дисциплины. Собеседование – средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу.

##### **Критерии оценки при собеседовании**

Цель собеседования: оценка	Критерии оценки результатов
усвоения знаний	глубина, прочность, систематичность знаний
умений применять знания	адекватность применяемых знаний ситуации; рациональность используемых подходов
сформированности профессионально значимых личностных качеств	степень проявления необходимых качеств
сформированности системы ценностей/отношений	степень значимости определенных ценностей; проявленное отношение к определенным объектам, ситуациям
коммуникативных умений	умение поддерживать и активизировать беседу; корректное поведение и др.

При подготовке к собеседованию необходимо самостоятельно систематизировать и концептуализировать учебный материал. Во время собеседования студенты должны показать знания основных понятий и теорий изучаемого курса, умение последовательно и грамотно излагать учебный материал.

#### **Требования к созданию презентаций:**

Название критерия	Оцениваемые параметры
Тема презентации	Соответствие темы программе учебного предмета, раздела
Дидактические и методические цели и задачи презентации	Соответствие целей поставленной теме Достижение поставленных целей и задач
Выделение основных идей презентации	Соответствие целям и задачам Содержание умозаключений Вызывают ли интерес у аудитории Количество (рекомендуется для запоминания аудиторией не более 4-5)

Содержание	Достоверная информация об исторических справках и текущих событиях Все заключения подтверждены достоверными источниками Язык изложения материала понятен аудитории Актуальность, точность и полезность содержания
Подбор информации для создания проекта – презентации	Графические иллюстрации для презентации Статистика Диаграммы и графики Экспертные оценки Ресурсы Интернет Примеры Сравнения Цитаты и т.д.
Подача материала проекта – презентации	Хронология Приоритет Тематическая последовательность Структура по принципу «проблема-решение»
Логика и переходы во время проекта – презентации	От вступления к основной части От одной основной идеи (части) к другой От одного слайда к другому Гиперссылки
Заключение	Яркое высказывание - переход к заключению Повторение основных целей и задач выступления Выводы Подведение итогов Короткое и запоминающееся высказывание в конце
Дизайн презентации	Шрифт (читаемость) Корректно ли выбран цвет (фона, шрифта, заголовков) Элементы анимации
Техническая часть	Грамматика. Подходящий словарь. Наличие ошибок правописания и опечаток

#### 4.2 Учебно-методическое и информационное обеспечение курса

##### а) основная литература:

1. Парыгина, О. В. Теория физической культуры и спорта : учебное пособие / О. В. Парыгина. — Москва: Московская государственная академия водного транспорта, 2019. — 131 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/97326.html> (дата обращения: 11.11.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Царик, А. В. Справочник работника физической культуры и спорта : нормативные правовые и программно-методические документы, практический опыт, рекомендации / А. В. Царик. — 5-е изд. — Москва : Издательство «Спорт», 2018. — 1144 с. — ISBN 978-5-9500179-6-4. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/77242.html> (дата обращения: 12.11.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Физическая культура и спорт. Прикладная физическая культура и спорт : учебно-методическое пособие / составители С. А. Дорошенко, Е. А. Дергач. — Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2019. — 56 с. — ISBN 978-5-7638-4027-8. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/100141.html> (дата обращения: 27.11.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

##### б) дополнительная литература:

1. Марченко А.Л. История физической культуры. История развития физической культуры в зарубежных странах [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Марченко А.Л.— Электрон. текстовые данные.— Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2012.— 193 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22301>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

2. Германов Г.Н. История, теория и организация физической культуры и спорта. 150 вопросов абитуриенту [Электронный ресурс]: ответы и самоконтроль. Учебное пособие для абитуриентов/ Германов Г.Н., Злобина М.Е., Хомяк П.А.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2015.— 365 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/27256>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

3. Агеева Е.Ю. Большепролетные спортивные сооружения. Архитектурные и конструктивные особенности [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Агеева Е.Ю., Филиппова М.А.— Электрон. текстовые данные.— Нижний Новгород: Нижегородский государственный



архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2014.— 84 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/30796>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

**в) перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и ЭБС.**

- 1) ЭБС IPRbooks- <http://www.iprbookshop.ru/>
- 2) Российская государственная библиотека - <http://www.rsl.ru/>

**г) информационные технологии,** используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

При проведении учебных занятий и самостоятельной подготовке обучающихся в зависимости от материально-технической базы аудитории используется следующее лицензионное программное обеспечение:

- для обеспечения работы персонального компьютера (ноутбука) операционная система Microsoft Windows XP, 7, 8.1 или Linux на базе ядра версии 3.0 или более позднего (OpenSuse или CalculateLinux);
- для работы с текстовыми документами Microsoft Office Word, LibreOffice Writer или WPS Writer;
- для демонстрации мультимедийных презентаций: Microsoft Office Power Point, Libre Office Impress или WPS Presentation;
- для работы с электронными таблицами: Microsoft Excel, Libre Office Calc или WPS Spreadsheets;
- для работы с графическими файлами: Adobe Photoshop, Microsoft Paint или GIMP;
- для работы в сети Internet: Internet Microsoft Internet Explorer, Mozilla Firefox или Google Chrome;
- для подготовки материалов для интерактивной доски: ПО Notebook
- для написания программного кода: Borland Delphi, ABC Pascal или Lazarus

В качестве справочных систем используются:

- Справочно-правовая система «Консультант Плюс»,
- Справочно-правовая система «Гарант» в локальном или сетевом исполнении.

Базы данных:

Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU

#### 4. 3. Материально-техническая база:

Перечень материально-технического обеспечения, необходимого для реализации программы, включает в себя:

**Специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации**

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд.№ 38, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	- Рабочее место преподавателя; - 28 учебных мест для обучающихся; - Доска ДА-32(к) – 1 ед.; - Интерактивная панель GECKO TOUCH INTERACTIVE – 1 ед.; - Образовательный интерактивный пол «Floogium Adaptive» - 1 шт.; - Программное обеспечение «Информационный терминал UTSkids 43» - 1 шт.; - Интерактивная песочница iSandBox – 1 шт.; Интерактивный образовательный комплекс «Играй и Развивайся» - 1 шт. «Центр» модель Творческая лаборатория (для детей) – 1 шт.

#### Специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения

<p>646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд. № 21, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Рабочее место преподавателя;</li> <li>- 20 мест для обучающихся;</li> <li>- Компьютеры: количество – 11 ед.;</li> <li>- Доска ДА-32(к) классная – 1 шт.;</li> <li>- Интерактивная панель GECKOTOUCH INTERACTIVE – 1 ед.;</li> <li>- VR HTC Vive – 4 ед.;</li> <li>- Перворобот LEGO Wedo Education – 1 шт.</li> <li>- Базовый набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.;</li> <li>- Расширенный набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.;</li> <li>- Lego Education Spike Essential – 4 шт.;</li> <li>- Lego Education Spike Prime – 4 шт.;</li> <li>- HIWONDER SPIDERBOT – 2 шт.;</li> <li>- Квадрокоптер Ryze Tello – 5 шт.4</li> <li>- Учебная модульная станция Dobot MOOZ 3DF Plus – 2 шт.</li> </ul>
---	--

Все указанные специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду вуза (<http://edu.omgpu.ru/>).

#### Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
<p>Кабинет № 20 учебного корпуса Филиала ОмГПУ в г.Таре (ул. Школьная, 69) Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Стол письменный – 3 ед.;</li> <li>- Стул – 3 ед.;</li> <li>- Ноутбук HP – 1 ед.;</li> <li>- Персональный компьютер – 1 шт.</li> <li>- Видеокамера Sony HDR-SR10E – 2 ед.</li> <li>- Видеокамера Panasonic HC-V760 – 2 ед.;</li> <li>- Принтер Canon – 1 шт.;</li> <li>- Принтер Epson – 2 шт.</li> </ul>

#### 4.4.Образовательные технологии, используемые при изучении дисциплины

При изучении дисциплины основная роль отводится системно-деятельностному, личностно-ориентированному подходам, технологии повышения мотивационного потенциала к занятиям физической культурой.

#### 4.5. Описание оценочных материалов, используемых при промежуточной аттестации

Вид промежуточной аттестации	Краткая характеристика КИМ	ФИО ППС, ответственных за разработку КИМ
Зачет	<p style="text-align: center;"><b>Вопросы к зачёту</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Характеристика спортивных игр, их специфические признаки.</li> <li>2. Место и значение спортивных игр в системе физического воспитания.</li> <li>3. Требования к специалисту по спортивным играм.</li> <li>4. Факторы, обуславливающие эффективность соревновательной деятельности в спортивных играх.</li> <li>5. Периодизация спортивной тренировки в спортивных играх.</li> </ol>	Демидович Е.А.

<p>Экзамен</p>	<p>6. Планирование учебного процесса по спортивным играм в школе. 7. Виды подготовки в спортивных играх, их взаимосвязь.</p> <p>7. Функции и амплуа игроков в футболе, волейболе, баскетболе, их характеристика.</p> <p>8. Материально-техническое обеспечение занятий волейболом, баскетболом, футболом, настольным теннисом.</p> <p>9. Спортивные игры (волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис) в школе.</p> <p>10. Индивидуальные и групповые действия в нападении и защите (волейбол, баскетбол, футбол).</p> <p>11. Характеристика волейбола, баскетбола, футболом настольного тенниса как вида спорта и как средства физического воспитания.</p> <p>12. Состав судейской бригады в волейболе. Права и обязанности судей.</p> <p>13. Баскетбол. Позиционное нападение. Характеристика и методика обучения.</p> <p>14. Волейбол. Анализ техники и методика обучения верхней прямой подачи.</p> <p>14. Баскетбол. Анализ техники и методика обучения броску в прыжке одной рукой от плеча.</p> <p>15. Баскетбол. Зонная система защиты, её разновидности. Анализ и применение в игре.</p> <p>16. Состав судейской бригады в баскетболе. Права и обязанности судей в поле.</p> <p>17. Исторический обзор возникновения игры в волейбол. Развитие игры в России.</p> <p>18. Исторический обзор возникновения игры баскетбол. Развитие игры в России.</p> <p style="text-align: center;"><b>Вопросы к экзамену</b></p> <p>1. Основные понятия, классификация новых видов физкультурно-спортивных занятий.</p> <p>2. Общая характеристика ритмической гимнастики.</p> <p>3. Организация и проведение занятий по ритмической гимнастике (подготовительная, основная и заключительная части).</p> <p>4. Общая характеристика оздоровительной и спортивной аэробики.</p> <p>5. Основные понятия, терминология, средства оздоровительной аэробики.</p> <p>6. Общая характеристика шейпинга.</p> <p>7. Организация и методика построения занятий по шейпингу.</p> <p>8. Общая характеристика стретчинга.</p> <p>9. Организация и методика построения занятий по шейпингу.</p> <p>10. Общая характеристика пилатеса.</p> <p>11. Организация и методика построения занятий по пилатесу.</p> <p>12. Общая характеристика калланетики.</p> <p>13. Организация и методика построения занятий по калланетике.</p> <p>14. Противопоказания и техника безопасности при проведении занятий новыми видами ФКиС</p> <p>15. Классификация видов спорта.</p>	
----------------	---	--

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
филиал Федерального государственного бюджетного образовательного  
учреждения высшего образования  
«Омский государственный педагогический университет» в г. Таре  
(Филиал ОмГПУ в г. Таре)



Утверждаю  
Председатель Учебно-методического совета:  
директор Филиала Л.П. Берестовская  
«15» октября 2024 г., протокол № 3

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Методика обучения основным движениям и воспитание физических качеств

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки

«Физкультурное образование»

Программа составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования от 22.02.2018 №121 и с учётом требований Профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» от 18.10.2013 №544н

Составитель:  
Криворотов С.К.  
старший преподаватель кафедры педагогики и развития образования

Тара, 2024

## 1.Общая характеристика РПД

Название дисциплины «Методика обучения основным движениям и воспитание физических качеств»

Форма обучения: очная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Общая трудоёмкость учебной дисциплины для слушателей: 48 (час.),  
в том числе, по видам учебных занятий, из них:

- лекций – 6 ак. час.
- практических занятий – 8 ак. час.

Объём самостоятельной работы обучающихся – 34 ак.ч.

Форма промежуточной аттестации: экзамен

Дисциплина «Методика обучения основным движениям и воспитание физических качеств» включена в дополнительную профессиональную программу профессиональной переподготовки (далее ДПП ПП) «Физкультурное образование».

**Цель дисциплины:** формирование теоретических знаний и практических умений, необходимых для оптимизации физического развития занимающихся, свойственных каждому физическим качеств и связанных с ними способностей и овладение знаниями по укреплению здоровья населения средствами физической культуры.

Вид деятельности /обобщённая трудовая функция	Профессиональная компетенция / трудовая функция	Умения / необходимые умения	Знания / необходимые знания
ПД <sub>1</sub> Педагогическая деятельность (ОТФ <sub>3.1</sub> Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования)	ПК 1.1 / ОПК-1, ОПК-2, ОПК-5 Способен к осуществлению разработки и реализации программ учебных дисциплин в образовательных организациях / ТФ <sub>1</sub> Общепедагогическая функция. Обучение	Разрабатывать и проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения	Социально-биологические основы физической культуры, основные принципы оздоровительной физической подготовки, обеспечивающей полноценную деятельность
	ПК 1.2 / ОПК 4 Способен к реализации современных форм и методов воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности / ТФ <sub>2</sub> Воспитательная деятельность	Владеть методами убеждения, аргументации своей позиции; диагностировать причины конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения	Роль физической культуры в общекультурном развитии человека, социально-биологические основы физической культуры, основные принципы оздоровительной тренировки, методику ее проведения;
	ПК 1.3 / ОПК-8 Способен к формированию и реализации программ развития универсальных учебных действий, образцов и ценностей	Устанавливать контакты с обучающимися разного возраста и их родителями (законными представителями), другими педагогическими и иными работниками	Социальные, возрастные, психофизические, индивидуальные особенности и образовательные потребности обучающихся;

	социального поведения, толерантности и позитивных образцов поликультурного общения / ТФ <sub>3</sub> Развивающая деятельность		
--	---	--	--

## 2. Содержание дисциплины

### 2.1. Принципы отбора содержания и организации учебного материала

- соответствия содержания уровню развития современной науки, практики, основным требованиям развивающегося демократического общества
- учёта единства содержательной и процессуальной сторон обучения
- структурной целостности содержания с учетом индивидуальных потребностей слушателей
- достаточности содержания для формирования у слушателя профессиональных компетенций, выполнения трудовых функций, предусмотренных ДПП ПП.

### 2.2. Междисциплинарные связи дисциплины

Дисциплина «Методика обучения основным движениям и воспитание физических качеств» связана с такими учебными дисциплинами, как «Методика физкультурно-оздоровительной работы в образовательных организациях разного типа» и «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование».

### 2.3. Тематический план дисциплины

№	Тема (раздел) дисциплины	Всего академических часов	В том числе, по видам занятий		Самостоятельная работа слушателей
			Лекции	Практические занятия	
1	Средства и методы физического воспитания.	11	2		9
2	Общеметодические и специфические принципы физического воспитания	15	4	2	9
3	Основы теории и методики обучения двигательным действиям.	10		2	8
4	Теоретико-практические основы развития физических качеств	12		4	8
	<b>ИТОГО:</b>	48	6	8	34

### 2.4. Основное содержание тем

**Тема 1. «Средства и методы физического воспитания».**

Средства физического воспитания: физические упражнения, оздоровительные силы природы, гигиенические факторы. Физические упражнения как основное средство формирования физической культуры личности.

### **Тема 2. «Общеметодические и специфические принципы физического воспитания».**

Иерархия принципов в системе физического воспитания. Общеметодические принципы. Принцип сознательности и активности. Принцип наглядности. Принцип доступности и индивидуализации. Специфические принципы физического воспитания. Принцип непрерывности процесса физического воспитания. Принцип системного чередования нагрузок и отдыха. Принцип постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий. Принцип адаптированного сбалансирования динамики нагрузок. Принцип циклического построения занятий. Принцип возрастной адекватности направлений физического воспитания.

### **Тема 3. «Основы теории и методики обучения двигательным действиям.»**

Методы физического воспитания: Методы строго регламентированного упражнения Игровой метод. Соревновательный метод. Общепедагогические методы, используемые в физическом воспитании. Методы, направленные на приобретение знаний. Методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками. Методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие двигательных способностей.

### **Тема 4. «Теоретико-практические основы развития физических качеств».**

Понятие о физических качествах. Сила и основы методики ее воспитания. Методики воспитания силовых способностей. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития силовых способностей. Скоростные способности и основы методики их воспитания:

#### **2.5. Основные понятия (тезаурус)**

*Методика* - совокупность технических приемов, связанных с данным методом, включая частные операции, их последовательность и взаимосвязь

*Психология спорта* — это наука о человеке в сфере спорта.

*Физическое воспитание* — это педагогический процесс, направленный на всестороннее физическое развитие людей, их специфическую подготовку к выполнению социальных обязанностей в обществе

*Внимание* — это направленность и сосредоточенность сознания на каком-либо предмете, явлении, действии.

*Восприятие* — это отражение в сознании предметов, событий, явлений при их непосредственном воздействии на органы чувств.

*Наблюдение* — это целенаправленное, планомерное восприятие объектов для их познания.

*Мышление* — это процесс познавательной деятельности, отличающийся обобщенным и опосредованным отражением действительности.

*Сила* — это способность человека совершать действия с определенными мышечными напряжениями

*Максимальная сила* — это наивысшая сила, которую способна развить нервно-мышечная система при максимальном произвольном мышечном сокращении.

*Скоростная сила* — это способность нервно-мышечной системы преодолевать сопротивление с высокой скоростью мышечного сокращения.

*Силовая выносливость* — это способность организма сопротивляться утомлению при длительной силовой работе.

*Усталость* — это субъективное переживание признаков утомления.

*Ловкость* — это способность человека быстро овладевать новыми движениями и быстро перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки.

*Гибкость* (подвижность суставов) — это свойство упругой растягиваемой части телесных структур (мышечные и соединительные), определяющее пределы амплитуды движений звеньев тела.

*Реакция* — это осознаваемое ответное действие на определенный сигнал.

#### **2.6. Организация самостоятельной работы слушателей**

Самостоятельная работа слушателя организуется в форме самоподготовки к лекционным и практическим занятиям.

№	Тема	Задания для самостоятельной работы	Источники, средства электронной поддержки	Форма контроля
---	------	------------------------------------	---	----------------



1	Средства и методы физического воспитания.	Вопросы для самоконтроля. Подготовка реферата.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru/">http://www.iprbookshop.ru/</a>	Собеседование по вопросам. Реферат.
2	Общеметодические и специфические принципы физического воспитания	Вопросы для самоконтроля. Подготовка реферата.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru/">http://www.iprbookshop.ru/</a>	Собеседование по вопросам. Реферат.
3	Основы теории и методики обучения двигательным действиям.	Вопросы для самоконтроля. Подготовка реферата.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru/">http://www.iprbookshop.ru/</a>	Собеседование по вопросам. Реферат.
4	Теоретико-практические основы развития физических качеств	Подготовка к выполнению контрольной работы	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru/">http://www.iprbookshop.ru/</a>	Контрольная работа

### 3. Фонд оценочных средств для аттестации по дисциплине

#### 3.1. КИМ для текущего контроля

##### Семинар 1. Общеметодические и специфические принципы физического воспитания

**Цель** – расширить и закрепить знания, полученные на теоретических занятиях.

##### **Вопросы для обсуждения:**

1. Общеметодические и специфические принципы физического воспитания
2. Иерархия принципов в системе физического воспитания.
3. Общеметодические принципы.
4. Принцип сознательности и активности.
5. Принцип наглядности.
6. Принцип доступности и индивидуализации
7. Специфические принципы физического воспитания.
8. Принцип непрерывности процесса физического воспитания.
9. Принцип системного чередования нагрузок и отдыха.
10. Принцип постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий. Принцип адаптированного сбалансирования динамики нагрузок.
11. Принцип циклического построения занятий.
12. Принцип возрастной адекватности направлений физического воспитания.

##### **Семинар 2. Основы теории и методики обучения двигательным действиям.**

**Цель:** рассмотрение методики обучения основным двигательным действиям

##### **Вопросы для обсуждения:**

1. Характеристика основных движений.
2. Виды основных движений: ходьба, бег, прыжки, лазание, метание, упражнения в равновесии. Специфика их воздействия на ребенка.
3. Техника основных движений и ее особенности в дошкольном возрасте.
4. Методика обучения основным движениям детей разных возрастных групп.
5. Использование подготовительных и подводящих упражнений.

##### **Задания:**

2. Заполните таблицу «Этапы обучения двигательным действиям».

Этапы обучения (названия)	Цель этапа обучения	Основные педагогические задачи этапа
		1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____



--	--	--

3. Эффективность процесса обучения двигательным действиям, продолжительность перехода от умения до уровня навыка зависит от:

### **Семинар 3-4. Теоретико-практические основы развития физических качеств**

**Цель:** рассмотрение основных физических качеств и методики их воспитания.

#### **Вопросы для обсуждения:**

1. Понятие о физических качествах.
2. Сила и основы методики ее воспитания:
  - а) Средства воспитания силы;
  - б) Методы воспитания силы;
  - в) Методики воспитания силовых способностей;
  - г) Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития силовых способностей.
3. Скоростные способности и основы методики их воспитания:
  - а) Средства воспитания скоростных способностей.
  - б) Методы воспитания скоростных способностей.
  - в) Методики воспитания скоростных способностей.
  - г) Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития скоростных способностей.
4. Выносливость и основы методики ее воспитания:
  - а) Средства воспитания выносливости;
  - б) Методы воспитания выносливости;
  - в) Методика воспитания общей выносливости;
  - г) Воспитание выносливости путем воздействия на анаэробные возможности человека;
  - д) Особенности воспитания специфических типов выносливости;
  - е) Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития выносливости.
5. Гибкость и основы методики ее воспитания:
  - а) Средства и методы воспитания гибкости;
  - б) Методика развития гибкости;
  - в) Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития гибкости.
6. Двигательно-координационные способности и основы их воспитания:
  - а) Средства воспитания координационных способностей;
  - б) Методические подходы и методы воспитания координационных способностей;
  - в) Методика совершенствования пространственной, временной и силовой точности движений;
  - г) Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития координационных способностей.

### **3.2. КИМ для промежуточного контроля**

#### **Темы рефератов**

1. Гигиенические факторы как средство физического воспитания.
2. Оздоровительные силы природы как средство физического воспитания.
3. Физическое упражнения – основное средство физического воспитания.
4. Общепедагогические методы физического воспитания.
5. Методы строго регламентированного упражнения.
6. Методы частично регламентированного обучения.
7. Характеристика методов обучения двигательным действиям.
8. Характеристика методов воспитания физических качеств.
9. Общепедагогические принципы физического воспитания.
10. Специфические принципы физического воспитания.
11. Характеристика и виды основных движений.
12. Двигательное умение и двигательный навык: общая характеристика.
13. Основы формирования двигательного навыка.
14. Общая характеристика физических качеств.
15. Сила и основы методики ее воспитания.

16. Выносливость и основы методики ее воспитания.  
 17. Гибкость и основы методики ее воспитания.  
 18. Скоростные способности и основы методики их воспитания.  
 19. Двигательно-координационные способности и основы методики их воспитания.

### 3.3. Организация промежуточной аттестации по дисциплине

Формой промежуточной аттестации по дисциплине «Методика обучения основным движениям и воспитание физических качеств» является экзамен.

### 3.4. Критерии оценивания

Шкала оценивания	Критерии оценки
Экзамен	
«Отлично» (90-100 баллов)	Теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые компетенции сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному.
«Хорошо» (75-89 баллов)	Теоретическое содержание курса освоено полностью, необходимые компетенции в основном сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения достаточно высокое
«Удовлетворительно» (60-74 баллов)	Теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, необходимые компетенции в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных задач выполнено, но в них имеются ошибки
«Неудовлетворительно» (менее 60 баллов)	Теоретическое содержание курса освоено частично, необходимые компетенции не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному, при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий

## 4. Организационно-педагогические условия реализации РПД

### 4.1. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Подготовку к семинарскому занятию следует начинать с изучения лекционных материалов и рекомендованной литературы по теме.

При подборе материалов для выступления необходимо ориентироваться на различные источники информации, отражающие проблематику семинара. Отобранные студентами материалы должны быть логически выстроены, ранжированы по степени значимости и по возможности промаркированы. Предварительная работа студентов может быть направлена на создание презентаций, схем, кластеров и других графических моделей, способствующих визуализации, структурированию и обобщению учебного материала.

Результатом самостоятельной работы по подготовке к семинарскому занятию должна стать готовность студентов к публичному выступлению и анализу содержания предложенных текстов.

В обсуждении содержания семинара участникам необходимо ориентироваться на выступления оценочного характера, возможность раскрытия и обоснования различных точек зрения на проблематику занятия, а также коллективный характер поиска ответов на поставленные вопросы.

Критерии оценки:

- содержательность материалов выступления;
- структурированность текстов;
- осознанность и адекватность понимания текстов;
- терминологическая корректность выступления;
- аргументированность суждений, выводов;
- наличие подготовленной визуальной информации;
- активность участия в дискуссии

Самостоятельная работа студентов организуется на основе выполнения заданий по материалам лекций и подготовки к семинарским занятиям в микрогруппах:

### **Инструкция по работе на семинаре (устный ответ)**

Семинарские занятия – неотъемлемая составляющая практической работы студентов в вузе. Она нужна для развития таких навыков, как рассуждение, доказательство точки зрения и ведение диалога.

Во время семинара каждый должен принимать активное участие.

При оценке устных ответов студентов по дисциплине учитываются следующие критерии:

– Знание основных процессов изучаемой предметной области, глубина и полнота раскрытия вопроса.

– Владение терминологическим аппаратом и использование его при ответе.

– Умение объяснить сущность явлений, событий, процессов, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы.

– Владение монологической речью, логичность и последовательность ответа, умение отвечать на поставленные вопросы, выражать свое мнение по обсуждаемой проблеме.

Приступая к подготовке семинарского занятия необходимо проанализировать изучаемую тему, выделить цели и основные проблемы, которые выносятся на обсуждение. Следующим шагом должно стать изучение лекционного материала, данного преподавателем. Однако, несмотря на подробное изложение материала на лекции, не всегда можно детально рассмотреть все вопросы, касающиеся данной темы. Именно поэтому студенту необходимо изучить рекомендованную литературу по теме.

В процессе работы на семинаре необходимо четко и ясно излагать свои мысли и слушать выступления других участников, а при несогласии с чьим-то мнением не бояться критиковать, но подтверждать свои высказывания аргументами.

Текущий контроль осуществляется в виде индивидуальных устных опросов на семинарском занятии. Устный ответ должен быть изложен студентом объемно и точно. При оценивании ответа студента преподаватель использует несколько основных критериев: самостоятельный ответ (без чтения конспекта); оперирование при ответе ссылками на различные теоретические и фундаментальные исследования, относящимися к теме; понимание студентом всех используемых при ответе категорий и понятий; ответы на дополнительные вопросы преподавателя или других студентов. Допускается разумная опора на конспект или таблицу, сделанные студентом во время самостоятельной работы.

### **Инструкция по подготовке к собеседованию**

Собеседование проводится после изучения всех тем дисциплины. Собеседование – средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу.

Критерии оценки при собеседовании

Цель собеседования: оценка	Критерии оценки результатов
усвоения знаний	глубина, прочность, систематичность знаний
умений применять знания	адекватность применяемых знаний ситуации; рациональность используемых подходов
сформированности профессионально значимых личностных качеств	степень проявления необходимых качеств
сформированности системы ценностей/отношений	степень значимости определенных ценностей; проявленное отношение к определенным объектам, ситуациям
коммуникативных умений	умение поддерживать и активизировать беседу; корректное поведение и др.

При подготовке к собеседованию необходимо самостоятельно систематизировать и концептуализировать учебный материал. Во время собеседования студенты должны показать знания основных понятий и теорий изучаемого курса, умение последовательно и грамотно излагать учебный материал.

### **Инструкция по подготовке к контрольной работе**

Контрольная работа – письменное задание, выполняемое в течение заданного времени. Как правило, контрольная работа предполагает наличие определенных ответов.

### *Критерии оценки выполнения контрольной работы*

Критерии оценки:

- соответствие предполагаемым ответам;
- правильное использование алгоритма выполнения действий (методики, технологии и т.д.);
- логика рассуждений;
- неординарность подхода к решению.

Студенты должны показать знания основных понятий и теорий изучаемого курса, умение последовательно и грамотно излагать учебный материал.

#### **Инструкция по подготовке реферата**

*Реферат* представляет собой итог самостоятельного изучения одной (монографический реферат) или нескольких (обзорный реферат) научных работ и должен отражать их основное содержание. При написании реферата студент должен отразить главное в научном тексте, видеть проблемы, которым посвящена работа, а также пути и способы их решения.

Реферат должен иметь четкую структуру:

1. Введение (важность, актуальность проблемы).
2. Основная часть (содержание работы, книги).
3. Заключение (выводы, обобщения).

Реферат отражает обзор изученной литературы в сопоставлении, сравнении, определении аспектов работы. Реферат оценивается преподавателем с учетом требований, предъявляемых к рефератам:

Объем реферата не менее 15 страниц в текстовом редакторе Microsoft Word.

Формат полосы набора: размер бумаги А4; поля: верхнее и нижнее – 2 см, левое – 3 см, правое – 1,5 см; переплет – 0 см; абзац (отступ) – 1, 25 см; текст печатается через 1,5 межстрочный интервал, выравнивание по ширине; Шрифт - Times New Roman Сур 14.

Порядок расположения:

1-й лист: Титульный (название университета; кафедры; дисциплины, по которой выполняется реферат; название реферата; фамилия и инициалы студента, выполнившего реферат; фамилия и инициалы преподавателя, проверившего реферат; год выполнения реферата).

2-й лист: Оглавление (план реферата, введение, основная часть, заключение. Введение и заключение не нумеруются).

3-й и последующие листы: Содержание реферата;

Последний лист: Библиографический список использованной литературы (оформляется в соответствии с требованиями: по алфавитному порядку, с указанием автора книги, названия книги, год издательства, количество страниц).

#### **4.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение курса**

##### ***а) основная литература:***

1. Теория и методика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: Учебно-практическое пособие / Карась Т. Ю. - Комсомольск-на-Амуре, Саратов: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, Ай Пи Ар Медиа, 2019. - 131с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/85832.html>

2. Физическая культура и спорт [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Зюкин А. В.; ред. А.В. Зюкина, Л.Н. Шелковой - Санкт-Петербург: Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, 2019. - 372с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/98630.html>

3. Физическая культура. Теоретический зачет для студентов I курса специальной медицинской группы «Б» [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Зайцева И. П. - Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2019. - 206с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/83818.html>

##### ***б) дополнительная литература:***

1. Воспитание силы и быстроты [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Л.А. Арэнд [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Воронеж: Воронежский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2013. — 177 с. — 978-5-89040-470-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22651.html>

2. Луценко С.А. Базовые виды двигательной деятельности и методики обучения. Гимнастика [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / С.А. Луценко, А.В. Михайлов. — Электрон. текстовые данные. — СПб. : Институт специальной педагогики и психологии, 2012. — 80 с. — 978-5-8179-0146-7. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/29967.html>.

3. Поваляева Г.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие для подготовки к практическим занятиям / Г.В. Поваляева, О.Г. Сыромятникова. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2012. — 144 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65026.html>

**в) перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и ЭБС.**

3. ЭБС IPRbooks- <http://www.iprbookshop.ru/>

4. Российская государственная библиотека - <http://www.rsl.ru/>

**г) информационные технологии,** используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

При проведении учебных занятий и самостоятельной подготовке обучающихся в зависимости от материально-технической базы аудитории используется следующее лицензионное программное обеспечение:

- для обеспечения работы персонального компьютера (ноутбука) операционная система Microsoft Windows XP, 7, 8.1 или Linux на базе ядра версии 3.0 или более позднего (OpenSuse или CalculateLinux);

- для работы с текстовыми документами Microsoft Office Word, LibreOffice Writer или WPS Writer;

- для демонстрации мультимедийных презентаций: Microsoft Office Power Point, Libre Office Impress или WPS Presentation;

- для работы с электронными таблицами: Microsoft Excel, Libre Office Calc или WPS Spreadsheets;

- для работы с графическими файлами: Adobe Photoshop, Microsoft Paint или GIMP;

- для работы в сети Internet: Internet Microsoft Internet Explorer, Mozilla Firefox или Google Chrome;

- для подготовки материалов для интерактивной доски: ПО Notebook

- для написания программного кода: Borland Delphi, ABC Pascal или Lazarus

В качестве справочных систем используются:

- Справочно-правовая система «Консультант Плюс»;

- Справочно-правовая система «Гарант» в локальном или сетевом исполнении.

Базы данных:

Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU

#### **4. 3. Материально-техническая база:**

Перечень материально-технического обеспечения, необходимого для реализации программы, включает в себя:

**Специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации**

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд.№ 38, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	- Рабочее место преподавателя; - 28 учебных мест для обучающихся; - Доска ДА-32(к) – 1 ед.; - Интерактивная панель GECKOTOUCH INTERACTIVE – 1 ед.; - Образовательный интерактивный пол «Floogium Adaptive» - 1 шт.; - Программное обеспечение «Информационный терминал UTskids 43» - 1 шт.; - Интерактивная песочница iSandBox – 1 шт.; Интерактивный образовательный комплекс «Играй и Развивайся» - 1 шт. «Центр» модель Творческая лаборатория (для детей) – 1 шт.

### Специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд. № 21, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	- Рабочее место преподавателя; - 20 мест для обучающихся; - Компьютеры: количество – 11 ед., - Доска ДА-32(к) классная – 1 шт.; - Интерактивная панель GECKOTOUCH INTERACTIVE – 1 ед.; - VR HTC Vive – 4 ед.; - Перворобот LEGO Wedo Education – 1 шт. - Базовый набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.; - Расширенный набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.; - Lego Education Spike Essential – 4 шт.; - Lego Education Spike Prime – 4 шт.; - HIWONDER SPIDERBOT – 2 шт.; - Квадрокоптер Ryze Tello – 5 шт.4 - Учебная модульная станция Dobot MOOZ 3DF Plus – 2 шт.

Все указанные специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду вуза (<http://edu.omgpu.ru/>).

### Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
Кабинет № 20 учебного корпуса Филиала ОмГПУ в г.Таре (ул. Школьная, 69) Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования	- Стол письменный – 3 ед.; - Стул – 3 ед.; - Ноутбук HP – 1 ед.; - Персональный компьютер – 1 шт. - Видеокамера Sony HDR-SR10E – 2 ед. - Видеокамера Panasonic HC-V760 – 2 ед.; - Принтер Canon – 1 шт.; - Принтер Epson – 2 шт.

### 4.4.Образовательные технологии, используемые при изучении дисциплины

При изучении дисциплины основная роль отводится системно-деятельностному, личностно-ориентированному подходам, технологии повышения мотивационного потенциала к занятиям физической культурой.

### 4.5. Описание оценочных материалов, используемых при промежуточной аттестации

Вид промежуточной аттестации	Краткая характеристика КИМ	ФИО ППС, ответственных за разработку КИМ
Экзамен	<b>Вопросы к экзамену</b> 1. Гигиенические факторы как средство физического воспитания. 2. Оздоровительные силы природы как средство физического воспитания. 3. Физическое упражнения – основное средство физического воспитания. 4. Общепедагогические методы физического воспитания. 5. Методы строго регламентированного упражнения. 6. Методы частично регламентированного обучения.	Криворотов С.К.

	<ol style="list-style-type: none"><li>7. Характеристика методов обучения двигательным действиям.</li><li>8. Характеристика методов воспитания физических качеств.</li><li>9. Общепедагогические принципы физического воспитания.</li><li>10. Специфические принципы физического воспитания.</li><li>11. Характеристика и виды основных движений.</li><li>12. Двигательное умение и двигательный навык: общая характеристика.</li><li>13. Основы формирования двигательного навыка.</li><li>14. Общая характеристика физических качеств.</li><li>15. Сила и основы методики ее воспитания.</li><li>16. Выносливость и основы методики ее воспитания.</li><li>17. Гибкость и основы методики ее воспитания.</li><li>18. Скоростные способности и основы методики их воспитания.</li><li>19. Двигательно-координационные способности и основы методики их воспитания.</li></ol>	
--	--	--



МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
филиал Федерального государственного бюджетного образовательного  
учреждения высшего образования  
«Омский государственный педагогический университет» в г. Таре  
(Филиал ОмГПУ в г. Таре)



Утверждаю  
Председатель Учебно-методического совета:  
директор Филиала *Л.П. Берестовская*  
«15» октября 2024 г., протокол № 3

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Методика физкультурно-оздоровительной работы в образовательных организациях  
разного типа

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки

«Физкультурное образование»

Программа составлена на основании Федерального государственного образовательного  
стандарта высшего образования от 22.02.2018 №121 и с учётом требований  
Профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного,  
начального общего, основного общего, среднего общего образования)  
(воспитатель, учитель)» от 18.10.2013 №544н

Составитель:  
Криворотов С.К.  
старший преподаватель кафедры педагогики и развития образования

Тара, 2024



## 1. Общая характеристика РПД

Название дисциплины «Методика физкультурно-оздоровительной работы в образовательных организациях разного типа»

Форма обучения: очная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Общая трудоёмкость учебной дисциплины для слушателей: 36 (час.), в том числе, по видам учебных занятий, из них:

- лекций – 4 ак. час.
- практических занятий – 6 ак. час.

Объём самостоятельной работы обучающихся – 26 ак.ч.

Форма промежуточной аттестации: экзамен

Дисциплина «Методика физкультурно-оздоровительной работы в образовательных организациях разного типа» включена в дополнительную профессиональную программу профессиональной переподготовки (далее ДПП ПП) «Физкультурное образование».

**Цель дисциплины:** овладение системой практических умений и навыков в организации физкультурно-оздоровительного процесса в образовательных организациях разного типа.

Вид деятельности / обобщённая трудовая функция	Профессиональная компетенция / трудовая функция	Умения / необходимые умения	Знания / необходимые знания
ПД <sub>1</sub> Педагогическая деятельность (ОТФ <sub>3.1</sub> ) Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования)	ПК 1.1 / ОПК-1, ОПК-2, ОПК-5 Способен к осуществлению разработки и реализации программ учебных дисциплин в образовательных организациях / ТФ <sub>1</sub> Общепедагогическая функция. Обучение	Разрабатывать и проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения	Социально-биологические основы физической культуры, основные принципы оздоровительной физической подготовки, обеспечивающей полноценную деятельность
	ПК 1.2 / ОПК 4 Способен к реализации современных форм и методов воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности / ТФ <sub>2</sub> Воспитательная деятельность	Владеть методами убеждения, аргументации своей позиции; диагностировать причины конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения	Роль физической культуры в общекультурном развитии человека, социально-биологические основы физической культуры, основные принципы оздоровительной тренировки, методику ее проведения;
	ПК 1.3 / ОПК-8 Способен к формированию и реализации программ развития универсальных учебных действий, образцов и ценностей социального	Устанавливать контакты с обучающимися разного возраста и их родителями (законными представителями), другими педагогическими и иными работниками	Социальные, возрастные, психофизические, индивидуальные особенности и образовательные потребности обучающихся;

	поведения, толерантности и позитивных образцов поликультурного общения / ТФ <sub>3</sub> Развивающая деятельность		
--	---	--	--

## 2. Содержание дисциплины

### 2.1. Принципы отбора содержания и организации учебного материала

- соответствия содержания уровню развития современной науки, практики, основным требованиям развивающегося демократического общества
- учёта единства содержательной и процессуальной сторон обучения
- структурной целостности содержания с учетом индивидуальных потребностей слушателей
- достаточности содержания для формирования у слушателя профессиональных компетенций, выполнения трудовых функций, предусмотренных ДПП ПП.

### 2.2. Междисциплинарные связи дисциплины

Дисциплина «Методика физкультурно-оздоровительной работы в образовательных организациях разного типа» связана с такими учебными дисциплинами, как «Методика обучения основным движениям и воспитание физических качеств» и «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование».

### 2.3. Тематический план дисциплины

№	Тема (раздел) дисциплины	Всего академических часов	В том числе, по видам занятий		Самостоятельная работа слушателей
			Лекции	Практические занятия	
1	Физическое воспитание детей в дошкольных образовательных организациях	8	2		6
2	Физическое воспитание детей общеобразовательных организациях	14	2	4	8
3	Физическое воспитание учащихся профессиональных образовательных организаций	8		2	6
4	Физическое воспитание студентов вуза	6			6
	<b>ИТОГО:</b>	36	4	6	26

### 2.4. Основное содержание тем

#### Тема 1. «Физическое воспитание детей в дошкольных образовательных организациях»

Основа всестороннего развития ребенка в первые годы жизни. Оздоровительные задачи в физическом воспитании дошкольников. Образовательные задачи. Воспитательные задачи.

Единство и взаимосвязь задач физического воспитания в ДОУ. Место физической культуры в структуре ФГОС ДО.

### **Тема 2. «Физическое воспитание детей общеобразовательных организациях»**

Урок физической культуры как основная форма занятий по физическому воспитанию. Утренняя гимнастика. Физкультминутки и физкультпаузы. Внеклассные формы организации занятий. Формы организации физического воспитания в системе внешкольных учреждений. Формы организации физического воспитания школьников. Формы организации физического воспитания в школе.

### **Тема 3. «Физическое воспитание учащихся профессиональных образовательных организаций».**

Задачи физического воспитания. Основные разделы программы физического воспитания. Профессионально-прикладная физическая подготовка. Факультативные и дополнительные занятия по физической культуре и спорту. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня. Массовые спортивные и туристские мероприятия.

### **Тема 4. «Физическое воспитание студентов вуза».**

Значение, цель, задачи физического воспитания студентов. Программа физического воспитания студентов. Формы организации занятий по физическому воспитанию в вузе. Методические основы физического воспитания в вузе. Основные направления работы по физическому воспитанию в вузе. Особенности методики занятий по физическому воспитанию в различных учебных отделениях.

## **2.5.Основные понятия (тезаурус)**

*Методика* - совокупность технических приемов, связанных с данным методом, включая частные операции, их последовательность и взаимосвязь

*Психология спорта* — это наука о человеке в сфере спорта.

*Физическое воспитание* — это педагогический процесс, направленный на всестороннее физическое развитие людей, их специфическую подготовку к выполнению социальных обязанностей в обществе

*Внимание* — это направленность и сосредоточенность сознания на каком-либо предмете, явлении, действии.

*Восприятие* — это отражение в сознании предметов, событий, явлений при их непосредственном воздействии на органы чувств.

*Наблюдение* — это целенаправленное, планомерное восприятие объектов для их познания.

*Мышление* — это процесс познавательной деятельности, отличающийся обобщенным и опосредованным отражением действительности.

*Сила* — это способность человека совершать действия с определенными мышечными напряжениями

*Максимальная сила* — это наивысшая сила, которую способна развить нервно-мышечная система при максимальном произвольном мышечном сокращении.

*Скоростная сила* — это способность нервно-мышечной системы преодолевать сопротивление с высокой скоростью мышечного сокращения.

*Силовая выносливость* — это способность организма сопротивляться утомлению при длительной силовой работе.

*Усталость* — это субъективное переживание признаков утомления.

*Ловкость* — это способность человека быстро овладевать новыми движениями и быстро перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки.

*Гибкость* (подвижность суставов) — это свойство упругой растягиваемой части телесных структур (мышечные и соединительные), определяющее пределы амплитуды движений звеньев тела.

*Реакция* — это осознаваемое ответное действие на определенный сигнал.

## **2.6.Организация самостоятельной работы слушателей**

Самостоятельная работа слушателя организуется в форме самоподготовки к лекционным и практическим занятиям.

№	Тема	Задания для самостоятельной	Источники, средства электронной	Форма контроля
---	------	-----------------------------	---------------------------------	----------------

		работы	поддержки	
1	Физическое воспитание детей в дошкольных образовательных организациях	Вопросы для самоконтроля. Подготовка реферата.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Собеседование по вопросам. Реферат.
2	Физическое воспитание детей общеобразовательных организациях	Вопросы для самоконтроля. Подготовка реферата.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Собеседование по вопросам. Реферат.
3	Физическое воспитание учащихся профессиональных образовательных организаций	Вопросы для самоконтроля. Подготовка реферата.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Собеседование по вопросам. Реферат.
4	Физическое воспитание студентов вуза	Подготовка к выполнению контрольной работы	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Контрольная работа

### 3. Фонд оценочных средств для аттестации по дисциплине

#### 3.1. КИМ для текущего контроля

##### Семинар 1-2. Физическое воспитание детей общеобразовательных организациях.

**Цель:** рассмотреть специфику организации физкультурно-оздоровительной работы в общеобразовательной школе.

**План:**

1. Урок физической культуры как основная форма занятий по физическому воспитанию.
2. Утренняя гимнастика.
3. Физкультминутки и физкультпаузы.
4. Внеклассные формы организации занятий.
5. Формы организации физического воспитания в системе внешкольных учреждений.
6. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста.
7. Физическое воспитание детей среднего школьного возраста.
8. Физическое воспитание детей старшего школьного.
9. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем.
10. Формы организации физического воспитания школьников.
11. Формы организации физического воспитания в школе.
12. Формы организации физического воспитания в системе внешкольных учреждений.

**Практические задания:**

1. Разработать конспект урока физической культуры для начальной школы, основной школы.
2. Создать методическую копилку физических упражнений для физкультминуток, физкульт-пауз, используемых на переменах.

##### Семинар 3. Физическое воспитание учащихся профессиональных образовательных организаций

**Цель:** рассмотреть специфику организации физкультурно-оздоровительной работы в профессиональных образовательных организациях.

**План:**

1. Задачи физического воспитания.
2. Основные разделы программы физического воспитания.
3. Профессионально-прикладная физическая подготовка.
4. Факультативные и дополнительные занятия по физической культуре и спорту.
5. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня.
6. Массовые спортивные и туристские мероприятия.

### 3.2. КИМ для промежуточного контроля

#### Темы рефератов

1. Физическое воспитание детей дошкольного возраста за рубежом: история и современность
2. Должностные обязанности руководителя по физическому воспитанию в детском саду
3. Основные качества специалиста по физической культуре
4. Формы работы специалиста по физической культуре ребенка с педагогическими кадрами
5. Программа воспитания и обучения в детском саду под ред. М.А.Васильевой – характеристика, анализ содержания раздела по физическому воспитанию
6. Теоретико-практические основы развития физических качеств
7. Особенности развития выносливости у дошкольников
8. Особенности развития гибкости у дошкольников
9. Особенности развития скоростных способностей у дошкольников
10. Особенности развития координационных способностей у дошкольников
11. Особенности развития силовых способностей у дошкольников
12. Методика обследования физических качеств у детей дошкольного возраста
13. Обработка результатов исследования – методы математической статистики
14. Вычисления темпов прироста физических качеств дошкольников
15. Возрастные особенности развития ребенка от рождения до 7 лет
16. Характеристика основных видов движений в работе с дошкольниками.
17. Гигиенические требования к местам занятий физической культурой.
18. Закаливание как средство укрепления здоровья дошкольника в режиме дня.
19. Организация помещений и мест для физкультурно-оздоровительной работы
20. Управление процессом физического воспитания.
21. Учет и контроль в физкультурно-оздоровительном процессе.
22. Медико-педагогический контроль за организацией физического воспитания.
23. Методы оценивания эффективности физкультурного занятия.
24. Планирование работы по физическому воспитанию.
25. Методическая работа в дошкольном учреждении по физическому воспитанию.
26. Разработка программ по физическому воспитанию в учреждениях.
27. Анализ вариативных программ и технологий физического воспитания.
28. Физкультурно-массовые мероприятия, кружковая, секционная, индивидуальная работа в учреждениях.
29. Планирование секционной и индивидуальной работы с учащимися.
30. Диагностика физического и двигательного развития детей.
31. Анализ и интерпретация количественных и качественных показателей физического состояния учащихся.

### 3.3. Организация промежуточной аттестации по дисциплине

Формой промежуточной аттестации по дисциплине «Методика физкультурно-оздоровительной работы в образовательных организациях разного типа» является экзамен.

### 3.4. Критерии оценивания

Шкала оценивания	Критерии оценки
Экзамен	
«Отлично» (90-100 баллов)	Теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые компетенции сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному.
«Хорошо» (75-89 баллов)	Теоретическое содержание курса освоено полностью, необходимые компетенции в основном сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения достаточно высокое
«Удовлетворительно»	Теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят

(60-74 баллов)	существенного характера, необходимые компетенции в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных задач выполнено, но в них имеются ошибки
«Неудовлетворительно» (менее 60 баллов)	Теоретическое содержание курса освоено частично, необходимые компетенции не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному, при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий

#### 4. Организационно-педагогические условия реализации РПД

##### 4.1. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Подготовку к семинарскому занятию следует начинать с изучения лекционных материалов и рекомендованной литературы по теме.

При подборе материалов для выступления необходимо ориентироваться на различные источники информации, отражающие проблематику семинара. Отобранные студентами материалы должны быть логически выстроены, ранжированы по степени значимости и по возможности промаркированы. Предварительная работа студентов может быть направлена на создание презентаций, схем, кластеров и других графических моделей, способствующих визуализации, структурированию и обобщению учебного материала.

Результатом самостоятельной работы по подготовке к семинарскому занятию должна стать готовность студентов к публичному выступлению и анализу содержания предложенных текстов.

В обсуждении содержания семинара участникам необходимо ориентироваться на выступления оценочного характера, возможность раскрытия и обоснования различных точек зрения на проблематику занятия, а также коллективный характер поиска ответов на поставленные вопросы.

Критерии оценки:

- содержательность материалов выступления;
- структурированность текстов;
- осознанность и адекватность понимания текстов;
- терминологическая корректность выступления;
- аргументированность суждений, выводов;
- наличие подготовленной визуальной информации;
- активность участия в дискуссии

Самостоятельная работа студентов организуется на основе выполнения заданий по материалам лекций и подготовки к семинарским занятиям в микрогруппах:

##### **Инструкция по работе на семинаре (устный ответ)**

Семинарские занятия – неотъемлемая составляющая практической работы студентов в вузе. Она нужна для развития таких навыков, как рассуждение, доказательство точки зрения и ведение диалога.

Во время семинара каждый должен принимать активное участие.

При оценке устных ответов студентов по дисциплине учитываются следующие критерии:

- Знание основных процессов изучаемой предметной области, глубина и полнота раскрытия вопроса.
- Владение терминологическим аппаратом и использование его при ответе.
- Умение объяснить сущность явлений, событий, процессов, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы.
- Владение монологической речью, логичность и последовательность ответа, умение отвечать на поставленные вопросы, выражать свое мнение по обсуждаемой проблеме.

Приступая к подготовке семинарского занятия необходимо проанализировать изучаемую тему, выделить цели и основные проблемы, которые выносятся на обсуждение. Следующим шагом должно стать изучение лекционного материала, данного преподавателем. Однако, несмотря на подробное изложение материала на лекции, не всегда можно детально рассмотреть все вопросы, касающиеся данной темы. Именно поэтому студенту необходимо изучить рекомендованную литературу по теме.

В процессе работы на семинаре необходимо четко и ясно излагать свои мысли и слушать выступления других участников, а при несогласии с чьим-то мнением не бояться критиковать, но подтверждать свои высказывания аргументами.

Текущий контроль осуществляется в виде индивидуальных устных опросов на семинарском занятии. Устный ответ должен быть изложен студентом объемно и точно. При оценивании ответа студента преподаватель использует несколько основных критериев: самостоятельный ответ (без чтения конспекта); оперирование при ответе ссылками на различные теоретические и фундаментальные исследования, относящимися к теме; понимание студентом всех используемых при ответе категорий и понятий; ответы на дополнительные вопросы преподавателя или других студентов. Допускается разумная опора на конспект или таблицу, сделанные студентом во время самостоятельной работы.

### **Инструкция по подготовке к собеседованию**

Собеседование проводится после изучения всех тем дисциплины. Собеседование – средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу.

#### **Критерии оценки при собеседовании**

Цель собеседования: оценка	Критерии оценки результатов
усвоения знаний	глубина, прочность, систематичность знаний
умений применять знания	адекватность применяемых знаний ситуации; рациональность используемых подходов
сформированности профессионально значимых личностных качеств	степень проявления необходимых качеств
сформированности системы ценностей/отношений	степень значимости определенных ценностей; проявленное отношение к определенным объектам, ситуациям
коммуникативных умений	умение поддерживать и активизировать беседу; корректное поведение и др.

При подготовке к собеседованию необходимо самостоятельно систематизировать и концептуализировать учебный материал. Во время собеседования студенты должны показать знания основных понятий и теорий изучаемого курса, умение последовательно и грамотно излагать учебный материал.

### **Инструкция по подготовке к контрольной работе**

Контрольная работа – письменное задание, выполняемое в течение заданного времени. Как правило, контрольная работа предполагает наличие определенных ответов.

#### *Критерии оценки выполнения контрольной работы*

Критерии оценки:

- соответствие предполагаемым ответам;
- правильное использование алгоритма выполнения действий (методики, технологии и т.д.);
- логика рассуждений;
- неординарность подхода к решению.

Студенты должны показать знания основных понятий и теорий изучаемого курса, умение последовательно и грамотно излагать учебный материал.

### **Инструкция по подготовке реферата**

*Реферат* представляет собой итог самостоятельного изучения одной (монографический реферат) или нескольких (обзорный реферат) научных работ и должен отражать их основное содержание. При написании реферата студент должен отразить главное в научном тексте, видеть проблемы, которым посвящена работа, а также пути и способы их решения.

Реферат должен иметь четкую структуру:

1. Введение (важность, актуальность проблемы).
2. Основная часть (содержание работы, книги).
3. Заключение (выводы, обобщения).

Реферат отражает обзор изученной литературы в сопоставлении, сравнении, определении аспектов работы. Реферат оценивается преподавателем с учетом требований, предъявляемых к рефератам:

- Объем реферата не менее 15 страниц в текстовом редакторе Microsoft Word.
- Формат полосы набора: размер бумаги А4; поля: верхнее и нижнее – 2 см, левое – 3 см, правое – 1,5 см; переплет – 0 см; абзац (отступ) – 1,25 см; текст печатается через 1,5 межстрочный интервал, выравнивание по ширине; Шрифт - Times New Roman Cyr 14.

- Порядок расположения:

1-й лист: Титульный (название университета; кафедры; дисциплины, по которой выполняется реферат; название реферата; фамилия и инициалы студента, выполнившего реферат; фамилия и инициалы преподавателя, проверившего реферат; год выполнения реферата).

2-й лист: Оглавление (план реферата, введение, основная часть, заключение. Введение и заключение не нумеруются).

3-й и последующие листы: Содержание реферата;

Последний лист: Библиографический список использованной литературы (оформляется в соответствии с требованиями: по алфавитному порядку, с указанием автора книги, названия книги, год издательства, количество страниц).

#### **4.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение курса**

##### ***а) основная литература:***

1. Теория и методика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: Учебно-практическое пособие / Карась Т. Ю. - Комсомольск-на-Амуре, Саратов: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, Ай Пи Ар Медиа, 2019. - 131с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/85832.html>

2. Физическая культура и спорт [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Зюкин А. В.; ред. А.В. Зюкина, Л.Н. Шелковой - Санкт-Петербург: Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, 2019. - 372с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/98630.html>

3. Физическая культура. Теоретический зачет для студентов I курса специальной медицинской группы «Б» [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Зайцева И. П. - Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2019. - 206с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/83818.html>

##### ***б) дополнительная литература:***

1. Воспитание силы и быстроты [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Л.А. Арэнд [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Воронеж: Воронежский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2013. — 177 с. — 978-5-89040-470-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22651.html>

2. Луценко С.А. Базовые виды двигательной деятельности и методики обучения. Гимнастика [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / С.А. Луценко, А.В. Михайлов. — Электрон. текстовые данные. — СПб. : Институт специальной педагогики и психологии, 2012. — 80 с. — 978-5-8179-0146-7. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/29967.html>.

3. Поваляева Г.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие для подготовки к практическим занятиям / Г.В. Поваляева, О.Г. Сыромятникова. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2012. — 144 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65026.html>

##### ***в) перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и ЭБС.***

5. ЭБС IPRbooks- <http://www.iprbookshop.ru/>

6. Российская государственная библиотека - <http://www.rsl.ru/>

**г) информационные технологии**, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

При проведении учебных занятий и самостоятельной подготовке обучающихся в зависимости от материально-технической базы аудитории используется следующее лицензионное программное обеспечение:

- для обеспечения работы персонального компьютера (ноутбука) операционная система Microsoft Windows XP, 7, 8.1 или Linux на базе ядра версии 3.0 или более позднего (OpenSuse или CalculateLinux);



- для работы с текстовыми документами MicrosoftOfficeWord, LibreOfficeWriter или WPS Writer;
  - для демонстрации мультимедийных презентаций: Microsoft Office Power Point, Libre Office Impress или WPS Presentation;
  - для работы с электронными таблицами: Microsoft Excel, Libre Office Calc или WPS Spreadsheets;
  - для работы с графическими файлами: Adobe Photoshop, Microsoft Paint или GIMP;
  - для работы в сети Internet: Internet Microsoft Internet Explorer, Mozilla Firefox или Google Chrome;
  - для подготовки материалов для интерактивной доски: ПО Notebook
  - для написания программного кода: BorlandDelphi, ABC Pascal или Lazarus
- В качестве справочных систем используются:
- Справочно-правовая система “Консультант Плюс”,
  - Справочно-правовая система “Гарант” в локальном или сетевом исполнении.
- Базы данных:  
 Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU

#### 4. 3. Материально-техническая база:

Перечень материально-технического обеспечения, необходимого для реализации программы, включает в себя:

**Специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации**

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд.№ 38, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	- Рабочее место преподавателя; - 28 учебных мест для обучающихся; - Доска ДА-32(к) – 1 ед.; - Интерактивная панель GECKO TOUCH INTERACTIVE – 1 ед.; - Образовательный интерактивный пол «Floopium Adaptive» - 1 шт.; - Программное обеспечение «Информационный терминал UTSkids 43» - 1 шт.; - Интерактивная песочница iSandBox – 1 шт.; Интерактивный образовательный комплекс «Играй и Развивайся» - 1 шт. «Центр» модель Творческая лаборатория (для детей) – 1 шт.

#### Специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд. № 21, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	- Рабочее место преподавателя; - 20 мест для обучающихся; - Компьютеры: количество – 11 ед., - Доска ДА-32(к) классная – 1 шт; - Интерактивная панель GECKO TOUCH INTERACTIVE – 1 ед.; - VR HTC Vive – 4 ед.; - Перворобот LEGO Wedo Education – 1 шт. - Базовый набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.; - Расширенный набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.; - Lego Education Spike Essential – 4 шт.; - Lego Education Spike Prime – 4 шт.;

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HIWONDER SPIDERBOT – 2 шт.;</li> <li>- Квадрокоптер Ryze Tello – 5 шт.4</li> <li>- Учебная модульная станция Dobot MOOZ 3DF Plus – 2 шт.</li> </ul>
--	--

Все указанные специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду вуза (<http://edu.omgpu.ru/>).

#### Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
Кабинет № 20 учебного корпуса Филиала ОмГПУ в г.Таре (ул. Школьная, 69) Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Стол письменный – 3 ед.;</li> <li>- Стул – 3 ед.;</li> <li>- Ноутбук HP – 1 ед.;</li> <li>- Персональный компьютер – 1 шт.</li> <li>- Видеокамера Sony HDR-SR10E – 2 ед.</li> <li>- Видеокамера Panasonic HC-V760 – 2 ед.;</li> <li>- Принтер Canon – 1 шт.:</li> <li>- Принтер Epson – 2 шт.</li> </ul>

#### 4.4.Образовательные ехнологии, используемые при изучении дисциплины

При изучении дисциплины основная роль отводится системно-деятельностному, личносно-ориентированному подходам, технологии повышения мотивационного потенциала к занятиям физической культурой.

#### 4.5. Описание оценочных материалов, используемых при промежуточной аттестации

Вид промежуточной аттестации	Краткая характеристика КИМ	ФИО ППС, ответственных за разработку КИМ
Экзамен	<p style="text-align: center;"><b>Вопросы к экзамену</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Организация работы по физическому воспитанию в дошкольных образовательных организациях.</li> <li>2. Анализ и интерпретация количественных и качественных показателей физического состояния учащихся.</li> <li>3. Модель адаптивно-образовательной среды учреждений.</li> <li>4. Диагностика физического и двигательного развития детей.</li> <li>5. Материальная база физического воспитания в дошкольном учреждении.</li> <li>6. Планирование секционной и индивидуальной работы с учащимися.</li> <li>7. Гигиенические требования к местам занятий физической культурой.</li> <li>8. Физкультурно-массовые мероприятия, кружковая, секционная, индивидуальная работа в учреждениях.</li> <li>9. Закаливание как средство укрепления здоровья дошкольника в режиме дня.</li> <li>10. Анализ вариативных программ и технологий физического воспитания.</li> <li>11. Организация помещений и мест для физкультурно-оздоровительной работы.</li> </ol>	Криворотов С.К.

	<p>12. Разработка программ по физическому воспитанию в учреждениях.</p> <p>13. Управление процессом физического воспитания.</p> <p>14. Методическая работа в дошкольном учреждении по физическому воспитанию.</p> <p>15. Учет и контроль в физкультурно-оздоровительном процессе.</p> <p>16. Планирование работы по физическому воспитанию.</p> <p>17. Медико-педагогический контроль за организацией физического воспитания.</p> <p>18. Методы оценивания эффективности физкультурного занятия.</p>	
--	--	--

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
филиал Федерального государственного бюджетного образовательного  
учреждения высшего образования  
«Омский государственный педагогический университет» в г. Таре  
(Филиал ОмГПУ в г. Таре)



Утверждаю  
Председатель Учебно-методического совета:  
директор Филиала Л.П. Берестовская  
«15» октября 2024 г., протокол № 3

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки

«Физкультурное образование»

Программа составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования от 22.02.2018 №121 и с учётом требований Профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» от 18.10.2013 №544н

Составитель:  
Демидович Е.А., к.п.н., доцент кафедры педагогики и развития образования

Тара, 2024

## 1. Общая характеристика РПД

Название дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование»

Форма обучения: очная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Общая трудоёмкость учебной дисциплины для слушателей: 32 (час.),

в том числе, по видам учебных занятий, из них:

- лекций – 2 ак. час.
- практических занятий – 4 ак. час.

Объём самостоятельной работы обучающихся – 26 ак.ч.

Форма промежуточной аттестации: экзамен

Дисциплина «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» включена в дополнительную профессиональную программу профессиональной переподготовки (далее ДПП ПП) «Физкультурное образование».

**Цель дисциплины:** Совершенствовать профессиональную и спортивную подготовку студентов на основе одного из базовых физкультурно-спортивных видов, способствовать социализации, формированию общей культуры личности для осуществления процесса обучения физической культуре в учреждениях системы образования.

Вид деятельности / обобщённая трудовая функция	Профессиональная компетенция / трудовая функция	Умения / необходимые умения	Знания / необходимые знания
<p>ПД<sub>1</sub> Педагогическая деятельность (ОТФ<sub>3.1</sub> Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования)</p>	<p>ПК 1.1 / ОПК-1, ОПК-2, ОПК-5 Способен к осуществлению разработки и реализации программ учебных дисциплин в образовательных организациях / ТФ<sub>1</sub> Общепедагогическая функция. Обучение</p>	<p>Разрабатывать и проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения</p>	<p>Социально-биологические основы физической культуры, основные принципы оздоровительной физической подготовки, обеспечивающей полноценную деятельность</p>
	<p>ПК 1.2 / ОПК 4 Способен к реализации современных форм и методов воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности / ТФ<sub>2</sub> Воспитательная деятельность</p>	<p>Владеть методами убеждения, аргументации своей позиции; диагностировать причины конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения</p>	<p>Роль физической культуры в общекультурном развитии человека, социально-биологические основы физической культуры, основные принципы оздоровительной тренировки, методику ее проведения;</p>
	<p>ПК 1.3 / ОПК-8 Способен к формированию и реализации программ развития универсальных учебных действий, образцов и ценностей</p>	<p>Устанавливать контакты с обучающимися разного возраста и их родителями (законными представителями), другими педагогическими и иными работниками</p>	<p>Социальные, возрастные, психофизические, индивидуальные особенности и образовательные потребности обучающихся;</p>

	социального поведения, толерантности и позитивных образцов поликультурного общения / ТФ <sub>3</sub> Развивающая деятельность		
--	---	--	--

## 2. Содержание дисциплины

### 2.1. Принципы отбора содержания и организации учебного материала

- соответствия содержания уровню развития современной науки, практики, основным требованиям развивающегося демократического общества
- учёта единства содержательной и процессуальной сторон обучения
- структурной целостности содержания с учетом индивидуальных потребностей слушателей
- достаточности содержания для формирования у слушателя профессиональных компетенций, выполнения трудовых функций, предусмотренных ДПП ПП.

### 2.2. Междисциплинарные связи дисциплины

Дисциплина «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» связана с такими учебными дисциплинами, как «Методика обучения основным движениям и воспитание физических качеств», «Педагогика физической культуры» и «Физкультурно-оздоровительные технологии».

### 2.3. Тематический план дисциплины

№	Тема (раздел) дисциплины	Всего академических часов	В том числе, по видам занятий		Самостоятельная работа слушателей
			Лекции	Практические занятия	
1	Дисциплина «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» в системе высшего профессионального физкультурного образования	8,5	0,5		8
2	Интегрирующая роль педагогического физкультурно-спортивного совершенствования в формировании профессиональной готовности будущего педагога по физической культуре	7,5	0,5	1	6
3	Особенности многолетней подготовки	8	1	1	6

	спортсменов. Специфика задач, содержания, методики тренировки на отдельных этапах.				
4	Соревнования и соревновательная деятельность в спорте, система соревнований в многолетнем процессе подготовки спортсменов	8		2	6
	ИТОГО:	32	2	4	26

## 2.4. Основное содержание тем

### **Тема 1. Дисциплина «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» в системе высшего профессионального физкультурного образования**

Из истории создания дисциплины ПФСС. Интегративный характер и место ПФСС в комплексе дисциплин предметной подготовки. Характеристика профессионального физкультурного образования, направленность на формирование педагога по физической культуре, тренера по виду спорта. Структура дисциплины ПФСС по физкультурно-спортивным видам, программные установки, содержание и организация работы, требования к студентам. Характеристика видов занятий, зачетных и экзаменационных требований, самостоятельной работы студентов. Организация учебного процесса по ПФСС.

### **Тема 2. Интегрирующая роль педагогического физкультурно-спортивного совершенствования в формировании профессиональной готовности будущего педагога по физической культуре**

Педагог по физической культуре, тренер по виду спорта как профессии педагогического профиля, факторы, обуславливающие эффективность их работы. Требования к профессиональной деятельности современного педагога и тренера. Соответствие человека требованиям этой профессии. Понятие профессионализма в сфере физического воспитания и спорта. Развитие положительных качеств и руководство самовоспитанием обучающихся. Методы работы со спортсменами. Освоение технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств. Овладение системой профессионально значимых двигательных действий и повышение спортивных достижений.

### **Тема 3. Особенности многолетней подготовки спортсменов. Специфика задач, содержания, методики тренировки на отдельных этапах.**

Освоение техники и тактики избранного вида спорта; обеспечение необходимого уровня развития двигательных качеств, возможностей функциональных систем организма, несущих основную нагрузку в данном виде спорта; воспитание должных моральных и волевых качеств; обеспечение необходимого уровня специальной психической подготовленности; приобретение теоретических знаний и практического опыта, необходимых для успешной тренировочной и соревновательной деятельности; комплексное совершенствование и проявление в соревновательной деятельности различных сторон подготовленности спортсмена.

### **Тема 4. Соревнования и соревновательная деятельность в спорте, система соревнований в многолетнем процессе подготовки спортсменов**

Классификация соревнований. Соревновательная деятельность. Система соревнований в многолетнем процессе подготовки спортсменов. Цикличность тренировочного процесса. Факторы, обуславливающие эффективность соревновательной деятельности.

## 2.5. Основные понятия (тезаурус)

*Спорт* - один из компонентов физической культуры общества, исторически сложившийся в форме соревновательной деятельности и специальной практики подготовки человека к соревнованиям.

*Методика* - совокупность технических приемов, связанных с данным методом, включая частные операции, их последовательность и взаимосвязь

*Психология спорта* — это наука о человеке в сфере спорта.

*Физическое воспитание* — это педагогический процесс, направленный на всестороннее физическое развитие людей, их специфическую подготовку к выполнению социальных обязанностей в обществе

*Спортивное совершенствование* – это педагогический процесс, обеспечивающий высокий уровень спортивного мастерства за счет максимального развития психических качеств, физических способностей и формирования положительных свойств личности спортсмена.

*Внимание* — это направленность и сосредоточенность сознания на каком-либо предмете, явлении, действии.

*Восприятие* — это отражение в сознании предметов, событий, явлений при их непосредственном воздействии на органы чувств.

*Наблюдение* — это целенаправленное, планомерное восприятие объектов для их познания.

*Мышление* — это процесс познавательной деятельности, отличающийся обобщенным и опосредованным отражением действительности.

*Сила* — это способность человека совершать действия с определенными мышечными напряжениями

*Максимальная сила* — это наивысшая сила, которую способна развить нервно-мышечная система при максимальном произвольном мышечном сокращении.

*Скоростная сила* — это способность нервно-мышечной системы преодолевать сопротивления с высокой скоростью мышечного сокращения.

*Силовая выносливость* — это способность организма сопротивляться утомлению при длительной силовой работе.

*Усталость* — это субъективное переживание признаков утомления.

*Ловкость* — это способность человека быстро овладевать новыми движениями и быстро перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки.

*Гибкость* (подвижность суставов) — это свойство упругой растягиваемой части телесных структур (мышечные и соединительные), определяющее пределы амплитуды движений звеньев тела.

*Реакция* — это осознаваемое ответное действие на определенный сигнал.

## 2.6. Организация самостоятельной работы слушателей

Самостоятельная работа слушателя организуется в форме самоподготовки к лекционным и практическим занятиям.

№	Тема	Задания для самостоятельной работы	Источники, средства электронной поддержки	Форма контроля
1	Дисциплина «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» в системе высшего профессионального физкультурного образования	Вопросы для самоконтроля. Подготовка реферата.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Собеседование по вопросам. Реферат.
2	Интегрирующая роль педагогического физкультурно-спортивного совершенствования в формировании профессиональной готовности будущего педагога по физической культуре	Вопросы для самоконтроля. Подготовка реферата.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Собеседование по вопросам. Реферат.
3	Особенности многолетней подготовки спортсменов.	Вопросы для самоконтроля.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Собеседование по вопросам.



	Специфика задач, содержания, методики тренировки на отдельных этапах.	Подготовка реферата.		Реферат.
4	Соревнования и соревновательная деятельность в спорте, система соревнований в многолетнем процессе подготовки спортсменов	Подготовка к выполнению контрольной работы	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Контрольная работа

### 3. Фонд оценочных средств для аттестации по дисциплине

#### 3.1. КИМ для текущего контроля

**Семинар 1. Спорт: типы, виды, функции. Спорт в системе физкультурного образования: общего и профессионального.**

**План:**

1. Понятие «спорт» в узком и широком смысле.
2. Многообразие видов спорта.
3. Значение, факторы и тенденции развития спортивных достижений
4. Социальные функции спорта и основные стороны спортивного движения
5. Концепцию развития физической культуры и спорта в РФ на современном этапе.

Подготовить сообщение: основные тенденции развития вида спорта (на выбор) на современном этапе.

**Соревнования и соревновательная деятельность в спорте, система соревнований в многолетнем процессе подготовки спортсменов**

**План:**

1. Классификация соревнований.
2. Соревновательная деятельность.
3. Система соревнований в многолетнем процессе подготовки спортсменов.
4. Цикличность тренировочного процесса.
5. Факторы, обуславливающие эффективность соревновательной деятельности.

**Семинар 2. Тренировка и тренировочная деятельность в спорте. Тренировочные средства в решении задач физического воспитания**

**План:**

1. Тренировка как составная часть системы подготовки спортсменов.
2. Основные закономерности тренировки, дидактические основы тренировочного процесса.
3. Связь тренировочной и соревновательной деятельности.
4. Содержание и основные положения современной методики технической, тактической, физической, психической, интеллектуальной и интегральной подготовки спортсменов.
5. Циклический характер структуры тренировочного процесса: малые (микро-), средние (мезо-), большие (макро-) циклы.
6. Специфика построения тренировки с учетом особенностей вида спорта, соревновательной практики, всей системы подготовки.

**Тренировочные и соревновательные нагрузки, их взаимосвязь**

**План:**

1. Тренировочные нагрузки. Направленность тренировочного воздействия.
2. Интенсивность нагрузки. Объем тренировочной нагрузки.
3. Планирование тренировочных нагрузок.
4. Характер отдыха и его продолжительность.
5. Соревновательные нагрузки, их характеристика.

6. Соревновательные нагрузки в годичном цикле подготовки спортсменов различного возраста и спортивной квалификации, количество соревнований, стартов в годичном цикле.

7. Планирование соревновательных нагрузок. Связь соревновательной и тренировочной нагрузки.

### 3.2. КИМ для промежуточного контроля

#### Темы рефератов

1. Педагогическая сущность профессиональной деятельности преподавателя, тренера в физическом воспитании и спорте.
2. Тренировочные и соревновательные нагрузки и восстановление.
3. Характеристика спортивных единоборств.
4. Классификация и характеристика легкоатлетических упражнений.
5. Характеристика спортивной гимнастики.
6. Характеристика плавания как вида спорта.
7. Структура и задачи начального отбора для занятий видом спорта.
8. Структура, методы, организация и задачи отбора для участия в ответственных соревнованиях.
9. Критерии оценки эффективности соревновательной деятельности с учетом специфики вида спорта.
10. Моделирование и прогнозирование в спортивной тренировке.

### 3.3. Организация промежуточной аттестации по дисциплине

Формой промежуточной аттестации по дисциплине «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» является зачёт.

### 3.4. Критерии оценивания

Шкала оценивания	Критерии оценки
	Зачёт
«Зачтено»	В процессе изучения дисциплины студент в полном объёме освоил виды учебной деятельности, предусмотренные программой
«Не зачтено»	В процессе изучения дисциплины студент не в полном объёме освоил виды учебной деятельности, предусмотренные программой

## 4. Организационно-педагогические условия реализации РПД

### 4.1. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Подготовку к семинарскому занятию следует начинать с изучения лекционных материалов и рекомендованной литературы по теме.

При подборе материалов для выступления необходимо ориентироваться на различные источники информации, отражающие проблематику семинара. Отобранные студентами материалы должны быть логически выстроены, ранжированы по степени значимости и по возможности промаркированы. Предварительная работа студентов может быть направлена на создание презентаций, схем, кластеров и других графических моделей, способствующих визуализации, структурированию и обобщению учебного материала.

Результатом самостоятельной работы по подготовке к семинарскому занятию должна стать готовность студентов к публичному выступлению и анализу содержания предложенных текстов.

В обсуждении содержания семинара участникам необходимо ориентироваться на выступления оценочного характера, возможность раскрытия и обоснования различных точек зрения на проблематику занятия, а также коллективный характер поиска ответов на поставленные вопросы.

Критерии оценки:

- содержательность материалов выступления;
- структурированность текстов;
- осознанность и адекватность понимания текстов;
- терминологическая корректность выступления;

- аргументированность суждений, выводов;
- наличие подготовленной визуальной информации;
- активность участия в дискуссии

Самостоятельная работа студентов организуется на основе выполнения заданий по материалам лекций и подготовки к семинарским занятиям в микрогруппах:

#### **Инструкция по работе на семинаре (устный ответ)**

Семинарские занятия – неотъемлемая составляющая практической работы студентов в вузе. Она нужна для развития таких навыков, как рассуждение, доказательство точки зрения и ведение диалога.

Во время семинара каждый должен принимать активное участие.

При оценке устных ответов студентов по дисциплине учитываются следующие критерии:

1. Знание основных процессов изучаемой предметной области, глубина и полнота раскрытия вопроса.
2. Владение терминологическим аппаратом и использование его при ответе.
3. Умение объяснить сущность явлений, событий, процессов, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы.
4. Владение монологической речью, логичность и последовательность ответа, умение отвечать на поставленные вопросы, выражать свое мнение по обсуждаемой проблеме.

Приступая к подготовке семинарского занятия необходимо проанализировать изучаемую тему, выделить цели и основные проблемы, которые выносятся на обсуждение. Следующим шагом должно стать изучение лекционного материала, данного преподавателем. Однако, несмотря на подробное изложение материала на лекции, не всегда можно детально рассмотреть все вопросы, касающиеся данной темы. Именно поэтому студенту необходимо изучить рекомендованную литературу по теме.

В процессе работы на семинаре необходимо четко и ясно излагать свои мысли и слушать выступления других участников, а при несогласии с чьим-то мнением не бояться критиковать, но подтверждать свои высказывания аргументами.

Текущий контроль осуществляется в виде индивидуальных устных опросов на семинарском занятии. Устный ответ должен быть изложен студентом объемно и точно. При оценивании ответа студента преподаватель использует несколько основных критериев: самостоятельный ответ (без чтения конспекта); оперирование при ответе ссылками на различные теоретические и фундаментальные исследования, относящимися к теме; понимание студентом всех используемых при ответе категорий и понятий; ответы на дополнительные вопросы преподавателя или других студентов. Допускается разумная опора на конспект или таблицу, сделанные студентом во время самостоятельной работы.

#### **Инструкция по подготовке к собеседованию**

Собеседование проводится после изучения всех тем дисциплины. Собеседование – средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу.

Критерии оценки при собеседовании

Цель собеседования: оценка	Критерии оценки результатов
усвоения знаний	глубина, прочность, систематичность знаний
умений применять знания	адекватность применяемых знаний ситуации; рациональность используемых подходов
сформированности профессионально значимых личностных качеств	степень проявления необходимых качеств
сформированности системы ценностей/отношений	степень значимости определенных ценностей; проявленное отношение к определенным объектам, ситуациям
коммуникативных умений	умение поддерживать и активизировать беседу; корректное поведение и др.

При подготовке к собеседованию необходимо самостоятельно систематизировать и концептуализировать учебный материал. Во время собеседования студенты должны показать

знания основных понятий и теорий изучаемого курса, умение последовательно и грамотно излагать учебный материал.

### **Инструкция по подготовке к контрольной работе**

Контрольная работа – письменное задание, выполняемое в течение заданного времени. Как правило, контрольная работа предполагает наличие определенных ответов.

#### *Критерии оценки выполнения контрольной работы*

Критерии оценки:

- соответствие предполагаемым ответам;
- правильное использование алгоритма выполнения действий (методики, технологии и т.д.);
- логика рассуждений;
- неординарность подхода к решению.

Студенты должны показать знания основных понятий и теорий изучаемого курса, умение последовательно и грамотно излагать учебный материал.

### **Инструкция по подготовке реферата**

*Реферат* представляет собой итог самостоятельного изучения одной (монографический реферат) или нескольких (обзорный реферат) научных работ и должен отражать их основное содержание. При написании реферата студент должен отразить главное в научном тексте, видеть проблемы, которым посвящена работа, а также пути и способы их решения.

Реферат должен иметь четкую структуру:

1. Введение (важность, актуальность проблемы).
2. Основная часть (содержание работы, книги).
3. Заключение (выводы, обобщения).

Реферат отражает обзор изученной литературы в сопоставлении, сравнении, определении аспектов работы. Реферат оценивается преподавателем с учетом требований, предъявляемых к рефератам:

- Объем реферата не менее 15 страниц в текстовом редакторе Microsoft Word.
- Формат полосы набора: размер бумаги А4; поля: верхнее и нижнее – 2 см, левое – 3 см, правое – 1,5 см; переплет – 0 см; абзац (отступ) – 1,25 см; текст печатается через 1,5 межстрочный интервал, выравнивание по ширине; Шрифт - Times New Roman Cyr 14.

➤ Порядок расположения:

1-й лист: Титульный (название университета; кафедры; дисциплины, по которой выполняется реферат; название реферата; фамилия и инициалы студента, выполнившего реферат; фамилия и инициалы преподавателя, проверившего реферат; год выполнения реферата).

2-й лист: Оглавление (план реферата, введение, основная часть, заключение. Введение и заключение не нумеруются).

3-й и последующие листы: Содержание реферата;

Последний лист: Библиографический список использованной литературы (оформляется в соответствии с требованиями: по алфавитному порядку, с указанием автора книги, названия книги, год издательства, количество страниц).

## **4.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение курса**

### **а) основная литература:**

1. Теория и методика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: Учебно-практическое пособие / Карась Т. Ю. - Комсомольск-на-Амуре, Саратов: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, Ай Пи Ар Медиа, 2019. - 131с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/85832.html>

2. Физическая культура и спорт [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Зюкин А. В.; ред. А.В. Зюкина, Л.Н. Шелковой - Санкт-Петербург: Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, 2019. - 372с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/98630.html>

3. Физическая культура. Теоретический зачет для студентов I курса специальной медицинской группы «Б» [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Зайцева И. П. - Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2019. - 206с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/83818.html>

### **б) дополнительная литература:**

1. Воспитание силы и быстроты [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Л.А. Арэнд [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Воронеж: Воронежский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2013. — 177 с. — 978-5-89040-470-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22651.html>

2. Луценко С.А. Базовые виды двигательной деятельности и методики обучения. Гимнастика [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / С.А. Луценко, А.В. Михайлов. — Электрон. текстовые данные. — СПб. : Институт специальной педагогики и психологии, 2012. — 80 с. — 978-5-8179-0146-7. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/29967.html>.

3. Поваляева Г.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие для подготовки к практическим занятиям / Г.В. Поваляева, О.Г. Сыромятникова. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2012. — 144 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65026.html>

**в) перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и ЭБС.**

7. ЭБС IPRbooks- <http://www.iprbookshop.ru/>

8. Российская государственная библиотека - <http://www.rsl.ru/>

**г) информационные технологии**, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

При проведении учебных занятий и самостоятельной подготовке обучающихся в зависимости от материально-технической базы аудитории используется следующее лицензионное программное обеспечение:

- для обеспечения работы персонального компьютера (ноутбука) операционная система Microsoft Windows XP, 7, 8.1 или Linux на базе ядра версии 3.0 или более позднего (OpenSuse или CalculateLinux);

- для работы с текстовыми документами Microsoft Office Word, LibreOffice Writer или WPS Writer;

- для демонстрации мультимедийных презентаций: Microsoft Office Power Point, Libre Office Impress или WPS Presentation;

- для работы с электронными таблицами: Microsoft Excel, Libre Office Calc или WPS Spreadsheets;

- для работы с графическими файлами: Adobe Photoshop, Microsoft Paint или GIMP;

- для работы в сети Internet: Internet Microsoft Internet Explorer, Mozilla Firefox или Google Chrome;

- для подготовки материалов для интерактивной доски: ПО Notebook

- для написания программного кода: Borland Delphi, ABC Pascal или Lazarus

В качестве справочных систем используются:

- Справочно-правовая система «Консультант Плюс»,

- Справочно-правовая система «Гарант» в локальном или сетевом исполнении.

Базы данных:

Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU

#### 4. 3. Материально-техническая база:

Перечень материально-технического обеспечения, необходимого для реализации программы, включает в себя:

**Специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации**

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд.№ 38, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	- Рабочее место преподавателя; - 28 учебных мест для обучающихся; - Доска ДА-32(к) – 1 ед.; - Интерактивная панель GECKOTOUCH INTERACTIVE – 1 ед.; - Образовательный интерактивный пол «Floorium Adaptive» - 1 шт.; - Программное обеспечение «Информационный терминал UTSkids 43» - 1 шт.; - Интерактивная песочница iSandBox – 1 шт.;

	Интерактивный образовательный комплекс «Играй и Развивайся» - 1 шт. «Центр» модель Творческая лаборатория (для детей) – 1 шт.
--	---

#### Специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд. № 21, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Рабочее место преподавателя;</li> <li>- 20 мест для обучающихся;</li> <li>- Компьютеры: количество – 11 ед.;</li> <li>- Доска ДА-32(к) классная – 1 шт.;</li> <li>- Интерактивная панель GEEKTOUCH INTERACTIVE – 1 ед.;</li> <li>- VR HTC Vive – 4 ед.;</li> <li>- Перворобот LEGO Wedo Education – 1 шт.</li> <li>- Базовый набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.;</li> <li>- Расширенный набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.;</li> <li>- Lego Education Spike Essential – 4 шт.;</li> <li>- Lego Education Spike Prime – 4 шт.;</li> <li>- HIWONDER SPIDERBOT – 2 шт.;</li> <li>- Квадрокоптер Ryze Tello – 5 шт.4</li> <li>- Учебная модульная станция Dobot MOOZ 3DF Plus – 2 шт.</li> </ul>

Все указанные специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду вуза (<http://edu.omgpu.ru/>).

#### Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
Кабинет № 20 учебного корпуса Филиала ОмГПУ в г.Таре (ул. Школьная, 69) Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Стол письменный – 3 ед.;</li> <li>- Стул – 3 ед.;</li> <li>- Ноутбук HP – 1 ед.;</li> <li>- Персональный компьютер – 1 шт.</li> <li>- Видеокамера Sony HDR-SR10E – 2 ед.</li> <li>- Видеокамера Panasonic HC-V760 – 2 ед.;</li> <li>- Принтер Canon – 1 шт.;</li> <li>- Принтер Epson – 2 шт.</li> </ul>

#### 4.4. Образовательные технологии, используемые при изучении дисциплины

При изучении дисциплины основная роль отводится системно-деятельностному, личностно-ориентированному подходам, технологии повышения мотивационного потенциала к занятиям физической культурой.

#### 4.5. Описание оценочных материалов, используемых при промежуточной аттестации

Вид промежуточной аттестации	Краткая характеристика КИМ	ФИО ППС, ответственных за разработку КИМ
Зачёт	1. Спортивная тренировка как основная форма	Демидович Е.А.

	<p>подготовки спортсмена.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Место соревнований в системе подготовки спортсменов различного возраста и спортивной квалификации.</li> <li>3. Физическая подготовка в процессе начального обучения спортивным навыкам.</li> <li>4. Планирование, организация и проведение соревнований.</li> <li>5. Спортивная стратегия и тактика</li> <li>6. Организация процесса спортивной тренировки.</li> <li>7. Правила соревнований и их значение.</li> <li>8. Характеристика основных средств восстановления.</li> <li>9. Составные части тренировки.</li> <li>10. Начальный отбор для занятий видом спорта.</li> <li>11. Психологическая подготовка в избранном виде спорта.</li> <li>12. Объем и интенсивность нагрузки в зависимости от возрастных особенностей занимающихся.</li> <li>13. Характеристика основных средств и методов спортивной тренировки.</li> <li>14. Оборудование и инвентарь для проведения занятий и соревнований (вид спорта по выбору)</li> <li>15. Характеристика тренировочных нагрузок.</li> <li>16. Педагогический и врачебный контроль на занятиях.</li> <li>17. Комплектование групп и организация занятий в спортивных секциях.</li> <li>18. Характеристика технической подготовка в системе тренировки.</li> <li>19. Подготовительные и подводящие упражнения при обучении.</li> <li>20. Принципы спортивной тренировки.</li> <li>21. Дозирование нагрузок в разные возрастные периоды.</li> <li>22. Методы спортивной тренировки.</li> <li>23. Воспитание физических качеств посредством занятий лыжным спортом.</li> <li>24. Методы и средства аэробики.</li> <li>25. Воспитание физических качеств посредством легкой атлетики.</li> <li>26. Элементарные правила проведения соревнований по легкоатлетическим прыжкам. Подготовка и проведение соревнований. Основная документация.</li> <li>27. Воспитание физических качеств посредством гимнастических упражнений.</li> <li>28. Специальные упражнения и тренажеры в лыжной подготовке</li> <li>29. Специальные упражнения и тренажеры в гимнастике.</li> <li>30. Элементарные правила проведения соревнований по баскетболу. Подготовка и проведение соревнований. Основная документация.</li> <li>31. Элементарные правила проведения соревнований по футболу. Подготовка и проведение соревнований. Основная документация.</li> <li>32. Подготовка и оснащение мест проведения</li> </ol>	
--	--	--

	<p>учебно-тренировочных занятий по гимнастике. Хранение, эксплуатация и обслуживание.</p> <p>33. Элементарные правила проведения соревнований по волейболу. Подготовка и проведение соревнований. Основная документация.</p> <p>34. Подготовка и оснащение мест проведения учебно-тренировочных занятий по футболу. Хранение, эксплуатация и обслуживание.</p> <p>35. Воспитание физических качеств посредством спортивных игр</p> <p>36. Порядок проведения праздников и массовых мероприятий с использованием подвижных игр. Подготовка и проведение. Основная документация.</p> <p>37. Методы и средства лыжной подготовки.</p> <p>38. Элементарные правила проведения соревнований по бегу в легкой атлетике. Подготовка и проведение соревнований. Основная документация.</p> <p>39. Элементарные правила проведения соревнований по лыжным гонкам. Подготовка и проведение соревнований. Основная документация</p> <p>40. Подготовка и оснащение мест проведения учебно-тренировочных занятий по волейболу. Хранение, эксплуатация и обслуживание.</p>	
--	--	--



МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
филиал Федерального государственного бюджетного образовательного  
учреждения высшего образования  
«Омский государственный педагогический университет» в г. Таре  
(Филиал ОмГПУ в г. Таре)



Утверждаю  
Председатель Учебно-методического совета:  
директор Филиала Л.П. Берестовская  
«15» октября 2024 г., протокол № 3

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### Физкультурно-оздоровительные технологии

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки

«Физкультурное образование»

Программа составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования от 22.02.2018 №121 и с учётом требований Профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» от 18.10.2013 №544н

Составитель:  
Демидович Е.А., к.п.н., доцент кафедры педагогики и развития образования

Тара, 2024

## 1.Общая характеристика РПД

Название дисциплины «Физкультурно-оздоровительные технологии»

Форма обучения: очная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Общая трудоёмкость учебной дисциплины для слушателей: 44 (час.),

в том числе, по видам учебных занятий, из них:

- лекций – 4 ак. час.
- практических занятий – 6 ак. час.

Объём самостоятельной работы обучающихся –34 ак.ч.

Форма промежуточной аттестации: экзамен

Дисциплина «Физкультурно-оздоровительные технологии» включена в дополнительную профессиональную программу профессиональной переподготовки (далее ДПП ПП) «Физкультурное образование».

**Цель дисциплины:** Овладение системой практических умений и навыков в организации физкультурно-оздоровительного процесса в образовательных организациях разного типа.

Вид деятельности / обобщённая трудовая функция	Профессиональная компетенция / трудовая функция	Умения / необходимые умения	Знания / необходимые знания
ПД <sub>1</sub> Педагогическая деятельность (ОТФ <sub>3.1</sub> ) Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования)	ПК 1.1 / ОПК-1, ОПК-2, ОПК-5 Способен к осуществлению разработки и реализацию программ учебных дисциплин в образовательных организациях / ТФ <sub>1</sub> Общепедагогическая функция. Обучение	Разрабатывать и проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения	Социально-биологические основы физической культуры, основные принципы оздоровительной физической подготовки, обеспечивающей полноценную деятельность
	ПК 1.2 / ОПК 4 Способен к реализации современных форм и методов воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности / ТФ <sub>2</sub> Воспитательная деятельность	Владеть методами убеждения, аргументации своей позиции; диагностировать причины конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения	Роль физической культуры в общекультурном развитии человека, социально-биологические основы физической культуры, основные принципы оздоровительной тренировки, методику ее проведения;
	ПК 1.3 / ОПК-8 Способен к формированию и реализации программ развития универсальных учебных действий, образцов и ценностей социального поведения,	Устанавливать контакты с обучающимися разного возраста и их родителями (законными представителями), другими педагогическими и иными работниками	Социальные, возрастные, психофизические, индивидуальные особенности и образовательные потребности обучающихся;

	толерантности и позитивных образцов поликультурного общения / ТФ <sub>3</sub> Развивающая деятельность		
--	--	--	--

## 2. Содержание дисциплины

### 2.1. Принципы отбора содержания и организации учебного материала

- соответствия содержания уровню развития современной науки, практики, основным требованиям развивающегося демократического общества
- учёта единства содержательной и процессуальной сторон обучения
- структурной целостности содержания с учетом индивидуальных потребностей слушателей
- достаточности содержания для формирования у слушателя профессиональных компетенций, выполнения трудовых функций, предусмотренных ДПП ПП.

### 2.2. Междисциплинарные связи дисциплины

Дисциплина «Физкультурно-оздоровительные технологии» связана с такими учебными дисциплинами, как «Методика обучения основным движениям и воспитание физических качеств», «Педагогика физической культуры» и «Методика физкультурно-оздоровительной работы в образовательных организациях разного типа».

### 2.3. Тематический план дисциплины

№	Тема (раздел) дисциплины	Всего академических часов	В том числе, по видам занятий		Самостоятельная работа слушателей
			Лекции	Практические занятия	
1	Физическая активность и здоровье	11	1	2	8
2	Основы построения оздоровительной тренировки	11	1	2	8
3	Группы здоровья. Медицинские группы	8	1	1	6
4	Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой	10	1	1	8
	ИТОГО:	44	4	6	30

### 2.4. Основное содержание тем

#### Тема 1. Физическая активность и здоровье

Физическая активность в разные возрастные периоды. Физический фитнес. Регулярная физическая активность. Физический аспект здоровья. Понятие физической культуры и ее место в формировании здорового образа жизни. Физическая активность и здоровье.

#### Тема 2. Основы построения оздоровительной тренировки

Основы построения оздоровительной тренировки. Методические правила построения физкультурных занятий с оздоровительной направленностью. Дозирование нагрузки по относительным значениям мощности физических нагрузок. Дозирование нагрузки: по частоте сердечных сокращений; в соответствии с энергетическими затратами; по числу повторений физических упражнений; Характеристика средств специально-оздоровительной направленности: оздоровительная ходьба; оздоровительный бег; плавание; ходьба на лыжах; езда на велосипеде; прыжки через скакалку. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем: аэробика; ритмическая гимнастика; шейпинг; калланетика; гидроаэробика; дыхательная гимнастика.

### **Тема 3. Группы здоровья. Медицинские группы.**

Физическое воспитание детей школьного возраста с ослабленным здоровьем. Профилактика и коррекция основных отклонений в состоянии здоровья у школьников: нарушение осанки; плоскостопие; ожирение. Физическое воспитание студентов с ослабленным здоровьем. Методика занятий со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, по адаптивной физической культуре.

### **Тема 4. Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой**

Определение работоспособности сердечно-сосудистой и дыхательной систем: пульс; лестничная проба; проба с приседаниями; проба с подскоками; ортостатическая проба; уровень артериального давления; жизненная емкость легких; проба Штанге. Дневник самоконтроля.

## **2.5. Основные понятия (тезаурус)**

*Педагогическая технология* - совокупность психолого-педагогических установок, определяющих специальный набор и компоновку форм, методов, способов, приемов обучения, воспитательных средств; она есть организационно-методический инструментарий педагогического процесса.

*Оздоровление* — это комплекс мероприятий для улучшения физического и психического самочувствия, который ведет в целом к укреплению здоровья, усилению иммунитета, повышению работоспособности, улучшению качества и повышению продолжительности жизни.

*Специальная медицинская группа (спецмедгруппа)* — это группа по физической культуре, в которую учащиеся отбираются с учётом медицинских показаний.

*Спорт* - один из компонентов физической культуры общества, исторически сложившийся в форме соревновательной деятельности и специальной практики подготовки человека к соревнованиям.

*Методика* - совокупность технических приемов, связанных с данным методом, включая частные операции, их последовательность и взаимосвязь

*Психология спорта* — это наука о человеке в сфере спорта.

*Физическое воспитание* — это педагогический процесс, направленный на всестороннее физическое развитие людей, их специфическую подготовку к выполнению социальных обязанностей в обществе

*Спортивное совершенствование* – это педагогический процесс, обеспечивающий высокий уровень спортивного мастерства за счет максимального развития психических качеств, физических способностей и формирования положительных свойств личности спортсмена.

*Сила* — это способность человека совершать действия с определенными мышечными напряжениями

*Максимальная сила* — это наивысшая сила, которую способна развить нервно-мышечная система при максимальном произвольном мышечном сокращении.

*Скоростная сила* — это способность нервно-мышечной системы преодолевать сопротивление с высокой скоростью мышечного сокращения.

*Силовая выносливость* — это способность организма сопротивляться утомлению при длительной силовой работе.

*Усталость* — это субъективное переживание признаков утомления.

*Ловкость* — это способность человека быстро овладевать новыми движениями и быстро перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки.

*Гибкость* (подвижность суставов) — это свойство упругой растягиваемой ости телесных структур (мышечные и соединительные), определяющее пределы амплитуды движений звеньев тела.

*Реакция* — это осознаваемое ответное действие на определенный сигнал.

## 2.6. Организация самостоятельной работы слушателей

Самостоятельная работа слушателя организуется в форме самоподготовки к лекционным и практическим занятиям.

№	Тема	Задания для самостоятельной работы	Источники, средства электронной поддержки	Форма контроля
1	Физическая активность и здоровье	Вопросы для самоконтроля. Подготовка реферата.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Собеседование по вопросам. Реферат.
2	Основы построения оздоровительной тренировки	Вопросы для самоконтроля. Подготовка реферата.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Собеседование по вопросам. Реферат.
3	Группы здоровья. Медицинские группы	Вопросы для самоконтроля. Подготовка реферата.	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Собеседование по вопросам. Реферат.
4	Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой	Подготовка к выполнению контрольной работы	ЭБС IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Контрольная работа

## 3. Фонд оценочных средств для аттестации по дисциплине

### 3.1. КИМ для текущего контроля

#### Семинар 1. Физическая активность и здоровье.

**Цель:** рассмотреть роль и значение физической активности в сохранении и укреплении здоровья

**Вопросы для обсуждения:**

1. Физический аспект здоровья.
2. Понятие физической культуры и ее место в формировании здорового образа жизни.
3. Физическая активность и здоровье.
4. Понятие оптимума и пессимума физической нагрузки. Предпосылки двигательной активности. Взаимосвязь двигательной и вегетативной сфер.
5. Механизмы оздоровительного действия физических упражнений.
6. Задачи физического воспитания. Принципы, методики, организация.

**Задания:**

1. Перечислите ранние симптомы и жалобы, возникающие у практически здоровых людей с недостаточной двигательной активностью.

#### Семинар 2-3. Физическое развитие. Алгоритмы физического развития и его особенности в зависимости от конституционального типа, возрастной группы

**Цель:** изучить особенности физического развития на разных возрастных этапах.

**План:**

1. Физическое развитие как составляющая гармоничной личности.

2. Особенности физического развития: влияние наследственности, окружающей среды, физических упражнений.
3. Конституциональные типы.
4. Возрастные группы.

**Задание:**

1. Определить соматотип по классификации Шелдона.

В основе классификации лежит соотношение различных видов тканей, развивающихся из трех зародышевых листков эмбриона: эндодермы, мезодермы и эктодермы. Каждый тканевый компонент, развивающийся из зародышевого листка, оценивается по семибалльной шкале. Любой тип телосложения характеризуется соответственно тремя цифрами, выражающими степень развития ткани. Автор выделяет три основных типа телосложения человека: эндоморфный, мезоморфный, эктоморфный.

Эндоморфный тип характеризуется округлыми очертаниями тела, сильно развитой пищеварительной системой и значительным жиротложением.

Мезоморфный – прямоугольными очертаниями тела, сильно развитым скелетом и мускулатурой.

Эктоморфный – сильно вытянутым в длину телом, небольшой абсолютной поверхностью тела и большой ее относительной величиной.

Каждый из компонентов оценивается в отдельности по семибалльной системе.

- 1.- очень слабая;
- 2.- слабая;
- 3.- ниже средней;
- 4.- средняя выраженность компонента;
- 5.- выше средней;
- 6.- высокая;
- 7.- очень высокая.

Чистый эндоморф (7-1-1),

Чистый мезоморф (1-7-1),

Чистый эктоморф (1-1-7).

Самооценка трех компонентов в баллах из 7.

- Эндоморфия \_\_\_\_\_
- Мезоморфия \_\_\_\_\_
- Эктоморфия \_\_\_\_\_

Характеристика соматотипа: \_\_\_\_\_

Вывод: \_\_\_\_\_

**2. Определить соматотип по классификации М.В. Черноруцкого.**

Классификация основана на расположении органов, их формы, особенностей метаболизма. различают три типа конституции: астенический, гиперстенический, нормостенический.

У астеников длинные легкие, малое сердце, пониженное АД, высокий обмен веществ, повышенные функции гипофиза, щитовидной и половых желез, пониженная функция надпочечников, склонность к снижению органов вниз.

Для гиперстеников характерно высокое стояние диафрагмы, горизонтальное расположение сердца, короткие и широкие легкие, гиперсекреция надпочечников, повышенное АД, высокое содержание в крови Нв и эритроцитов

У нормостеников все показатели колеблются в пределах средних величин.

Отнесение к тому или иному типу предлагается на основании величины индекса Пинье.

Индекс Пинье:

$$I = L - (P + T),$$

где L – длина тела стоя (см),

P – масса тела (кг),

T – окружность грудной клетки (см)

(Чем меньше величина индекса Пинье, тем лучше показатель (при условии отсутствия ожирения).

- Гиперстеник <10,

• Нормостеник от 10 до 20

• Астеник > 20

Характеристика соматотипа: \_\_\_\_\_

Вывод: \_\_\_\_\_

### 3. Определить соматотип по классификации В.В. Бунака (мужская конституция).

В основе классификации лежит форма грудной клетки и спины, степень развития мускулатуры и жировоголожения. Автор выделил три основных типа (грудной, мускульный, брюшной) и четыре переходных (грудно – мускульный, мускульно – грудной, мускульно – брюшной, брюшно – мускульный).

Грудной тип телосложения характеризуется плоской грудной клеткой, впалой брюшной стенкой, узкой спиной, слабой мускулатурой и небольшим жировымложением.

Для мускульного типа характерна цилиндрическая форма грудной клетки, прямой живот, хорошо развитая мускулатура и умеренное жировоеложение.

Брюшной тип характеризуется конической формой грудной клетки, выпуклой формой живота, средним развитием мускулатуры, большим жировымложением.

Характеристика соматотипа: \_\_\_\_\_

Вывод: \_\_\_\_\_

### 4. Определить соматотип по классификации И.Б. Галанта (женская конституция).

Признаками, по которым выделяются конституциональные типы, являются длина тела, степень жировоголожения, развитие мускулатуры, форма грудной клетки и живота, пропорции тела. Отдельные типы объединены в три группы.

I. Лептосомные конституции – характеризуются, прежде всего узко - сложенностью, преобладанием роста в длину.

1. Астенический. Тело худое, с узкой, длинной и плоской грудной клеткой, узкими плечами и бедрами, впалым животом. Мускулатура и жировая ткань развиты очень слабо, рост невысокий. Лицо узкое, угловатое, малые размеры подбородка.

2. Стенопластический. Пропорции тела почти такие же, как и у астеничек, но жировой и мышечный компоненты развиты больше, рост средний или ниже среднего

II. Мезосомные конституции – главной характеристикой является средне- или широко сложенность, преобладание роста в ширину.

1. Мезопластический. Коренастые пропорции, широкие плечи и таз. Костный и мышечный компоненты развиты значительно, но не чрезмерно. Жировой компонент развит умеренно. Рост средний. Тип "женщины-работницы".

2. Пикнический. Отличается повышенным жировымложением. Конечности укороченные, туловище полное с широкими округлыми плечами, цилиндрической грудной клеткой, выпуклым животом, широким тазом. Рост средний или ниже среднего. Голова округленная.

III. Мегалосомные конституции - отличаются прежде всего массивностью сложения и крупными размерами, равномерным ростом в длину и ширину.

1. Субатлетический. Похож на стенопластический, но заметно отличается высоким ростом, лучшим развитием мускулатуры, атлетическими пропорциями при сохранении женственности. Тип часто встречается среди фотомоделей.

2. Атлетический. С сильной мускулатурой, жировой компонент развит очень слабо. Широкие плечи, выпуклая грудная клетка, узкий таз, крупная нижняя челюсть. Тип чаще встречается среди профессиональных спортсменок.

3. Эурипластический. Сочетает признаки атлетического типа с повышенным жировымложением, широкие плечи, большой рост и значительные отложения подкожного жира.

Характеристика соматотипа: \_\_\_\_\_

Вывод: \_\_\_\_\_

### 3.2. КИМ для промежуточного контроля

#### Темы рефератов

1. Механизмы лечебного и реабилитационного действия физических упражнений.
2. Средства ЛФК.
3. ЛФК при заболеваниях сердечнососудистой системы.
4. ЛФК при заболеваниях дыхательной системы.
5. ЛФК при заболеваниях эндокринной системы.
6. ЛФК при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата.
7. ЛФК в послеоперационный период.
8. ЛФК для беременных.
9. Характеристика, средства и методы тренировки по стэп-аэробике.
10. Характеристика, средства и методы тренировки по шейпингу.
11. Характеристика, средства и методы тренировки по тай-бо.
12. Характеристика, средства и методы тренировки по стретчингу.
13. Характеристика, средства и методы тренировки по аква-аэробике.
14. Направленность и способы проведения занятий по детскому фитнесу.
15. Направленность и способы проведения занятий по фит-болу.

### 3.3. Организация промежуточной аттестации по дисциплине

Формой промежуточной аттестации по дисциплине «Физкультурно-оздоровительные технологии» является зачёт.

### 3.4. Критерии оценивания

Шкала оценивания	Критерии оценки
	Зачёт
«Зачтено»	В процессе изучения дисциплины студент в полном объёме освоил виды учебной деятельности, предусмотренные программой
«Не зачтено»	В процессе изучения дисциплины студент не в полном объёме освоил виды учебной деятельности, предусмотренные программой

## 4. Организационно-педагогические условия реализации РПД

### 4.1. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Подготовку к семинарскому занятию следует начинать с изучения лекционных материалов и рекомендованной литературы по теме.

При подборе материалов для выступления необходимо ориентироваться на различные источники информации, отражающие проблематику семинара. Отобранные студентами материалы должны быть логически выстроены, ранжированы по степени значимости и по возможности промаркированы. Предварительная работа студентов может быть направлена на создание презентаций, схем, кластеров и других графических моделей, способствующих визуализации, структурированию и обобщению учебного материала.

Результатом самостоятельной работы по подготовке к семинарскому занятию должна стать готовность студентов к публичному выступлению и анализу содержания предложенных текстов.

В обсуждении содержания семинара участникам необходимо ориентироваться на выступления оценочного характера, возможность раскрытия и обоснования различных точек зрения на проблематику занятия, а также коллективный характер поиска ответов на поставленные вопросы.

Критерии оценки:

- содержательность материалов выступления;
- структурированность текстов;
- осознанность и адекватность понимания текстов;
- терминологическая корректность выступления;



- аргументированность суждений, выводов;
- наличие подготовленной визуальной информации;
- активность участия в дискуссии

Самостоятельная работа студентов организуется на основе выполнения заданий по материалам лекций и подготовки к семинарским занятиям в микрогруппах:

#### **Инструкция по работе на семинаре (устный ответ)**

Семинарские занятия – неотъемлемая составляющая практической работы студентов в вузе. Она нужна для развития таких навыков, как рассуждение, доказательство точки зрения и ведение диалога.

Во время семинара каждый должен принимать активное участие.

При оценке устных ответов студентов по дисциплине учитываются следующие критерии:

1. Знание основных процессов изучаемой предметной области, глубина и полнота раскрытия вопроса.
2. Владение терминологическим аппаратом и использование его при ответе.
3. Умение объяснить сущность явлений, событий, процессов, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы.
4. Владение монологической речью, логичность и последовательность ответа, умение отвечать на поставленные вопросы, выражать свое мнение по обсуждаемой проблеме.

Приступая к подготовке семинарского занятия необходимо проанализировать изучаемую тему, выделить цели и основные проблемы, которые выносятся на обсуждение. Следующим шагом должно стать изучение лекционного материала, данного преподавателем. Однако, несмотря на подробное изложение материала на лекции, не всегда можно детально рассмотреть все вопросы, касающиеся данной темы. Именно поэтому студенту необходимо изучить рекомендованную литературу по теме.

В процессе работы на семинаре необходимо четко и ясно излагать свои мысли и слушать выступления других участников, а при несогласии с чьим-то мнением не бояться критиковать, но подтверждать свои высказывания аргументами.

Текущий контроль осуществляется в виде индивидуальных устных опросов на семинарском занятии. Устный ответ должен быть изложен студентом объемно и точно. При оценивании ответа студента преподаватель использует несколько основных критериев: самостоятельный ответ (без чтения конспекта); оперирование при ответе ссылками на различные теоретические и фундаментальные исследования, относящимися к теме; понимание студентом всех используемых при ответе категорий и понятий; ответы на дополнительные вопросы преподавателя или других студентов. Допускается разумная опора на конспект или таблицу, сделанные студентом во время самостоятельной работы.

#### **Инструкция по подготовке к собеседованию**

Собеседование проводится после изучения всех тем дисциплины. Собеседование – средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу.

Критерии оценки при собеседовании

Цель собеседования: оценка	Критерии оценки результатов
усвоения знаний	глубина, прочность, систематичность знаний
умений применять знания	адекватность применяемых знаний ситуации; рациональность используемых подходов
сформированности профессионально значимых личностных качеств	степень проявления необходимых качеств
сформированности системы ценностей/отношений	степень значимости определенных ценностей; проявленное отношение к определенным объектам, ситуациям
коммуникативных умений	умение поддерживать и активизировать беседу; корректное поведение и др.

При подготовке к собеседованию необходимо самостоятельно систематизировать и концептуализировать учебный материал. Во время собеседования студенты должны показать

знания основных понятий и теорий изучаемого курса, умение последовательно и грамотно излагать учебный материал.

### **Инструкция по подготовке к контрольной работе**

Контрольная работа – письменное задание, выполняемое в течение заданного времени. Как правило, контрольная работа предполагает наличие определенных ответов.

#### *Критерии оценки выполнения контрольной работы*

Критерии оценки:

- соответствие предполагаемым ответам;
- правильное использование алгоритма выполнения действий (методики, технологии и т.д.);
- логика рассуждений;
- неординарность подхода к решению.

Студенты должны показать знания основных понятий и теорий изучаемого курса, умение последовательно и грамотно излагать учебный материал.

### **Инструкция по подготовке реферата**

*Реферат* представляет собой итог самостоятельного изучения одной (монографический реферат) или нескольких (обзорный реферат) научных работ и должен отражать их основное содержание. При написании реферата студент должен отразить главное в научном тексте, видеть проблемы, которым посвящена работа, а также пути и способы их решения.

Реферат должен иметь четкую структуру:

1. Введение (важность, актуальность проблемы).
2. Основная часть (содержание работы, книги).
3. Заключение (выводы, обобщения).

Реферат отражает обзор изученной литературы в сопоставлении, сравнении, определении аспектов работы. Реферат оценивается преподавателем с учетом требований, предъявляемых к рефератам:

1. Объем реферата не менее 15 страниц в текстовом редакторе Microsoft Word.
2. Формат полосы набора: размер бумаги А4; поля: верхнее и нижнее – 2 см, левое – 3 см, правое – 1,5 см; переплет – 0 см; абзац (отступ) – 1,25 см; текст печатается через 1,5 межстрочный интервал, выравнивание по ширине; Шрифт - Times New Roman Cyr 14.

3. Порядок расположения:

1-й лист: Титульный (название университета; кафедры; дисциплины, по которой выполняется реферат; название реферата; фамилия и инициалы студента, выполнившего реферат; фамилия и инициалы преподавателя, проверившего реферат; год выполнения реферата).

2-й лист: Оглавление (план реферата, введение, основная часть, заключение. Введение и заключение не нумеруются).

3-й и последующие листы: Содержание реферата;

Последний лист: Библиографический список использованной литературы (оформляется в соответствии с требованиями: по алфавитному порядку, с указанием автора книги, названия книги, год издательства, количество страниц).

## **4.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение курса**

### **а) основная литература:**

1. Теория и методика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: Учебно-практическое пособие / Карась Т. Ю. - Комсомольск-на-Амуре, Саратов: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, Ай Пи Ар Медиа, 2019. - 131с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/85832.html>

2. Физическая культура и спорт [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Зюкин А. В.; ред. А.В. Зюкина, Л.Н. Шелковой - Санкт-Петербург: Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, 2019. - 372с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/98630.html>

3. Физическая культура. Теоретический зачет для студентов I курса специальной медицинской группы «Б» [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Зайцева И. П. - Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2019. - 206с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/83818.html>

### **б) дополнительная литература:**

1. Воспитание силы и быстроты [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Л.А. Арэнд [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Воронеж: Воронежский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2013. — 177 с. — 978-5-89040-470-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22651.html>

2. Луценко С.А. Базовые виды двигательной деятельности и методики обучения. Гимнастика [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / С.А. Луценко, А.В. Михайлов. — Электрон. текстовые данные. — СПб. : Институт специальной педагогики и психологии, 2012. — 80 с. — 978-5-8179-0146-7. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/29967.html>.

3. Поваляева Г.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие для подготовки к практическим занятиям / Г.В. Поваляева, О.Г. Сыромятникова. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2012. — 144 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65026.html>

**в) перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и ЭБС.**

5. ЭБС IPRbooks- <http://www.iprbookshop.ru/>

6. Российская государственная библиотека - <http://www.rsl.ru/>

**г) информационные технологии**, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

При проведении учебных занятий и самостоятельной подготовке обучающихся в зависимости от материально-технической базы аудитории используется следующее лицензионное программное обеспечение:

- для обеспечения работы персонального компьютера (ноутбука) операционная система Microsoft Windows XP, 7, 8.1 или Linux на базе ядра версии 3.0 или более позднего (OpenSuse или CalculateLinux);

- для работы с текстовыми документами Microsoft Office Word, LibreOffice Writer или WPS Writer;

- для демонстрации мультимедийных презентаций: Microsoft Office Power Point, Libre Office Impress или WPS Presentation;

- для работы с электронными таблицами: Microsoft Excel, Libre Office Calc или WPS Spreadsheets;

- для работы с графическими файлами: Adobe Photoshop, Microsoft Paint или GIMP;

- для работы в сети Internet: Internet Microsoft Internet Explorer, Mozilla Firefox или Google Chrome;

- для подготовки материалов для интерактивной доски: ПО Notebook

- для написания программного кода: Borland Delphi, ABC Pascal или Lazarus

В качестве справочных систем используются:

- Справочно-правовая система «Консультант Плюс»,

- Справочно-правовая система «Гарант» в локальном или сетевом исполнении.

Базы данных:

Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU

#### 4.3. Материально-техническая база:

Перечень материально-технического обеспечения, необходимого для реализации программы, включает в себя:

**Специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации**

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд.№ 38, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	- Рабочее место преподавателя; - 28 учебных мест для обучающихся; - Доска ДА-32(к) – 1 ед.; - Интерактивная панель GECKOTOUCH INTERACTIVE – 1 ед.; - Образовательный интерактивный пол «Floorium Adaptive» - 1 шт.; - Программное обеспечение «Информационный терминал UTSkids 43» - 1 шт.;

	- Интерактивная песочница iSandBox – 1 шт.; Интерактивный образовательный комплекс «Играй и Развивайся» - 1 шт. «Центр» модель Творческая лаборатория (для детей) – 1 шт.
--	--

#### Специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
646535, Омская обл., г. Тара, ул. Школьная, д.69, Ауд. № 21, Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	- Рабочее место преподавателя; - 20 мест для обучающихся; - Компьютеры: количество – 11 ед., - Доска ДА-32(к) классная – 1 шт; - Интерактивная панель GECKOTOUCH INTERACTIVE – 1 ед.; - VR HTC Vive – 4 ед.; - Перворобот LEGO Wedo Education – 1 шт. - Базовый набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.; - Расширенный набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.; - Lego Education Spike Essential – 4 шт.; - Lego Education Spike Prime – 4 шт.; - HIWONDER SPIDERBOT – 2 шт.; - Квадрокоптер Ryze Tello – 5 шт.4 - Учебная модульная станция Dobot MOOZ 3DF Plus – 2 шт.

Все указанные специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду вуза (<http://edu.omgpu.ru/>).

#### Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
Кабинет № 20 учебного корпуса Филиала ОмГПУ в г.Таре (ул. Школьная, 69) Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования	- Стол письменный – 3 ед.; - Стул – 3 ед.; - Ноутбук HP – 1 ед.; - Персональный компьютер – 1 шт. - Видеокамера Sony HDR-SR10E – 2 ед. - Видеокамера Panasonic HC-V760 – 2 ед; - Принтер Canon – 1 шт.; - Принтер Epson – 2 шт.

#### 4.4. Образовательные технологии, используемые при изучении дисциплины

При изучении дисциплины основная роль отводится системно-деятельностному, личностно-ориентированному подходам, технологии повышения мотивационного потенциала к занятиям физической культурой.

#### 4.5. Описание оценочных материалов, используемых при промежуточной аттестации

Вид промежуточной аттестации	Краткая характеристика КИМ	ФИО ППС, ответственных за разработку КИМ

Зачёт	<p style="text-align: center;"><b>Вопросы к зачёту</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Физическая активность и здоровье.</li> <li>2. Задачи физического воспитания. Принципы его методики и организации.</li> <li>3. Понятие специальной медицинской группы.</li> <li>4. Комплектование специальных медицинских групп.</li> <li>5. Врачебно-педагогический контроль в специальных медицинских группах.</li> <li>6. Принципы использования физкультурно-оздоровительных технологий у школьников.</li> <li>7. Принципы использования физкультурно-оздоровительных технологий женщин.</li> <li>8. Особенности физического развития: влияние наследственности, физических упражнений.</li> <li>9. Определение адинамии, гиподинамии.</li> <li>10. Клинические и параклинические методы обследования при допуске к занятиям физической культурой.</li> <li>11. Принципы организации контроля физического воспитания детей дошкольного возраста (распределение на медицинские группы по состоянию здоровья, клинические и параклинические методы обследования, тестирование общей физической работоспособности и функционального состояния ведущих органов и систем организма).</li> <li>12. Принципы организации контроля физического воспитания в школе (распределение на медицинские группы по состоянию здоровья, сроки допуска к занятиям после перенесенных заболеваний, особенности проведения занятий в специальной медицинской группе).</li> <li>13. Физическое воспитание в специальной группе при отклонениях сердечно-сосудистой системы.</li> <li>14. Методы измерения и принципы оценки функциональных возможностей сердечно-сосудистой системы у занимающихся физической культурой и спортом.</li> <li>15. Физическое воспитание в специальной группе при отклонениях легочной системы.</li> <li>16. Физическое воспитание в специальной группе при патологии эндокринной системы.</li> <li>17. Физическое воспитание в специальной группе при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.</li> <li>18. Использование физических упражнений оздоровительных систем на уроках физической культуры (система на выбор).</li> </ol>	Демидович Е.А.
-------	--	----------------

### **3.Формы аттестации и оценочные материалы**

#### **3.1. Указание форм аттестации.**

Промежуточная аттестация – по дисциплинам экзамен, зачет – в соответствии с учебным (тематическим) планом.

Итоговая аттестация – итоговый междисциплинарный экзамен.



### 3.2. Условия проведения оценочной процедуры.

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
филиал Федерального государственного бюджетного образовательного  
учреждения высшего образования  
«Омский государственный педагогический университет» в г. Таре  
(Филиал ОмГПУ в г. Таре)



Утверждаю

Председатель Учебно-методического совета:  
директор Филиала Л.П. Берестовская

Программа утверждена  
на заседании Учебно-методического совета  
«15» октября 2024 г., протокол № 3

## ПРОГРАММА

### итоговой аттестации

Профессиональной переподготовки «Физкультурное образование»

Программа составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования от 22.02.2018 №121 и с учётом требований Профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» от 18.10.2013 №544н

Тара, 2024

### 1. Пояснительная записка.

Итоговая аттестация слушателей по дополнительной профессиональной программе профессиональной переподготовки «Физкультурное образование» состоит из одного аттестационного испытания – итогового (междисциплинарного) экзамена.

Содержание итоговой аттестации соответствует требованиям ФГОС ВО направления подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, видам профессиональной деятельности, закрепленным в Профессиональном стандарте «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)».

Программа итогового (междисциплинарного) экзамена нацелена на проверку сформированности профессиональных компетенций / трудовых функций посредством теоретических вопросов и кейсовых заданий по методике обучения и воспитания физической культуре.

В ходе итоговой аттестации слушатели должны показать свои способности и умение, опираясь на полученные знания, профессиональные компетенции, самостоятельно решать на современном уровне задачи своей профессиональной деятельности, профессионально излагать специальную информацию, аргументировать и защищать свою точку зрения.

### 2. Перечень совершенствуемых профессиональных компетенций слушателя в соответствии с планируемыми результатами освоения ДПП:

ПК 1.1 - способен к осуществлению разработки и реализации программ учебных дисциплин в образовательных организациях

ПК 1.2 - способен к реализации современных форм и методов воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности

ПК 1.3 - способен к формированию и реализации программ развития универсальных учебных действий, образцов и ценностей социального поведения, толерантности и позитивных образцов поликультурного общения

### 3. Форма итоговой аттестации – итоговый (междисциплинарный) экзамен.

### 4. Описание оценочных материалов, используемых при итоговой аттестации.

Вид итоговой аттестации	Краткая характеристика КИМ	ФИО ППС, ответственных за разработку КИМ
Итоговый (междисциплинарный) экзамен	Структура экзаменационных билетов: 1 вопрос – теоретический. 2 вопрос – комплексное практико-ориентированное задание (кейс).  <b>1 вопрос.</b> 1. Физическая культура как вид культуры человека и общества. Понятие физической культуры и многообразие его определений. 2. Взаимосвязь понятия «физическая культура» с другими понятиями – «физическое воспитание», «физическое развитие», «спорт», «физическая рекреация», «адаптивная физическая культура» и др. 3. Физическая культура и спорт как социальное явление. Структура и функции. Характеристика исторически сложившихся компонентов физической культуры и спорта их соотношения друг с другом и связь с основными сферами жизнедеятельности человека. 4. Специфические общекультурные и другие	Бажук О.В. Криворотов С.К. Мерецкая Т.В. Попов Е.В. Максюта В.С. Демидович Е.А.



	<p>социальные функции физической культуры и спорта в обществе.</p> <p>5. Система физической культуры в России. Понятие о системе физической культуры и её структуре. Исторические аспекты становления и формирования отечественной системы физической культуры.</p> <p>6. Понятие о средствах формирования физической культуры человека, их классификационная характеристика. Физические упражнения как основное специфическое средство при решении задач в области физической культуры. Содержание и формы физических упражнений</p> <p>7. Классификации физических упражнений и их значение. Характеристика наиболее распространённых классификаций.</p> <p>8. Эффект физических упражнений (ближайший, отставленный, кумулятивный). Факторы, влияющие на эффективность физических упражнений.</p> <p>9. Техника физических упражнений: основа, главное звено и детали техники. Критерии эффективности техники.</p> <p>10. Исходные понятия: «метод», «методический приём», «методика». Общеметодические и специфические принципы физического воспитания. Логика разработки принципов, отражающих закономерности физического воспитания.</p> <p>11. Физические качества и двигательные способности. Классификация двигательных способностей, основные закономерности и принципы их развития. Нагрузка и отдых как структурные компоненты методов направленного развития физических способностей.</p> <p>12. Физические качества. Общая характеристика. Структура кондиционных и координационных способностей.</p> <p>13. Сущность и специфика обучения двигательным действиям в процессе физкультурных занятий. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в процессе физкультурной деятельности. Механизмы и закономерности формирования двигательных навыков.</p> <p>14. Методы, используемые в процессе разучивания и совершенствования двигательных действий.</p> <p>15. Структура процесса обучения двигательным действиям, характеристика его этапов – цель, задачи и особенности методики обучения на каждом этапе. Причины возникновения ошибок в процессе разучивания движений. Пути предупреждения и ошибок.</p> <p>16. Современные концепции организации физического воспитания школьников, учащихся</p>	
--	--	--

	<p>средних специальных заведений и студентов.</p> <p>17. Построение занятий физическими упражнениями. Современная теория структуры урока и других форм физкультурно-спортивных занятий.</p> <p>18. Планирование и контроль в физическом воспитании.</p> <p>19. Возрастная классификация детей дошкольного возраста. Оценка здоровья дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями.</p> <p>20. Социально-педагогическое значение физической культуры детей школьного возраста. Цель, задачи и направленность физической культуры детей школьного возраста. Формы занятий физической культурой в системе школьного воспитания.</p> <p>21. Основы физического воспитания школьников с ослабленным здоровьем. Специальные медицинские группы.</p> <p>22. Профессионально-педагогическая деятельность учителя физической культуры.</p> <p>23. Физическое воспитание учащихся организаций среднего профессионального образования.</p> <p>24. Физическое воспитание студенческой молодёжи. Цель, задачи и формы организации физкультурного образования студентов.</p> <p>25. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. Основные задачи и средства профессионально-прикладной физической культуры.</p> <p>26. Общие представления о механизме оздоровительного воздействия физических упражнений на организм человека. Социально-педагогические аспекты оздоровительной физической культуры.</p> <p>27. Характеристика средств оздоровительной направленности. Оздоровительный эффект физических нагрузок. Дозирование объёма и интенсивности оздоровительных нагрузок. Принципы повышения нагрузки.</p> <p>28. Формы занятий оздоровительной физической культурой. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем, основанных на видах двигательной активности различной направленности – аэробной, силовой, на растягивание и расслабление мышц, коррекция фигуры и т.д. (аэробики, калланетики, шейпинга, стретчинга и т.д.)</p> <p>29. Цель, принципы и функции адаптивной физической культуры. Средства, методы и организационные формы адаптивной физической культуры. Сущность, значение и виды двигательной рекреации.</p> <p>30. Физическое воспитание в жизни людей пожилого и старшего возраста. Задачи,</p>	
--	--	--

	<p>особенности методики и формы занятий.          Врачебно-педагогический контроль на занятиях с людьми зрелого, пожилого и старшего возраста.</p> <p><b>2 вопрос (образец задания)</b>  <i>Кейс (вариант 1)</i>  <i>Обобщенная формулировка задачи:</i> Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в общеобразовательном учреждении решает вопросы сохранения здоровья участников образовательного процесса.  <i>Контекст решения задачи:</i> Разработайте концепцию организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в общеобразовательной сельской школе.  <i>Ключевые задания, которые приведут к решению (все задания выполняются в соответствии с указанным возрастом учеников):</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Определите цель организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.</li> <li>2. Задачи, которые решаются в рамках физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы</li> <li>3. Выделите особенности, которые необходимо учитывать для организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы для типа образовательного учреждения и возраста учащихся, определенных в контексте задачи.</li> <li>4. Принципы, в соответствии с которыми организуется и функционирует физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа в общеобразовательном учреждении</li> <li>5. Направления физкультурно-оздоровительной деятельности (перечислить).</li> </ol>	
--	---	--

##### **5. Методические рекомендации слушателям по подготовке к итоговой аттестации.**

Подготовка к итоговому междисциплинарному экзамену должна осуществляться в соответствии с программой экзамена. Слушателям предлагается перечень теоретических вопросов и примерные варианты кейсов, выносимых на итоговый междисциплинарный экзамен. В процессе подготовки к экзамену следует опираться на рекомендованную для этих целей научную и учебную литературу: основную и дополнительную.

Для систематизации знаний большое значение имеет посещение студентами консультаций, которые проводятся по расписанию накануне итогового междисциплинарного экзамена.

Итоговый междисциплинарный экзамен сдается в устной форме по билетам. Каждый билет содержит два вопроса: теоретический по предметной области «Физкультурное образование» и практический – решение кейса.

При проведении экзамена в аудитории каждый из слушателей располагается за отдельным столом. Слушателям выдаются проштампованные чистые листы, на которых они должны изложить ответы по вопросам билета.

Каждый лист подписывается экзаменуемым разборчиво с указанием фамилии, имени, отчества, личной росписи и по окончании ответа сдается членам комиссии.

На подготовку к экзамену отводится не более 30 минут.

Ответ выслушивается всеми членами аттестационной комиссии. С целью объективного оценивания знаний слушателю могут задаваться дополнительные и (или) уточняющие вопросы.

## **6. Критерии оценивания итогового междисциплинарного экзамена.**

По итогам экзамена оценивание слушателя осуществляется по четырехбалльной шкале в соответствии с нижеприведенными критериями:

Отметка *«неудовлетворительно»* ставится, если: при ответе обнаруживается отсутствие владения материалом в объёме изучаемой образовательной программы; при раскрытии особенностей развития тех или иных профессиональных идей не используются материалы современных источников; представление профессиональной деятельности не рассматривается в контексте собственного профессионального опыта, практики его организации; при ответе на вопросы не даётся трактовка основных понятий, при их употреблении не указывается авторство; ответы на вопросы не имеют логически выстроенного характера, не используются такие мыслительные операции, как сравнение, анализ, обобщение.

Отметка *«удовлетворительно»* ставится, если: в ответах на вопросы при раскрытии содержания вопросов недостаточно раскрываются и анализируются основные противоречия и проблемы; при раскрытии особенностей развития тех или иных профессиональных идей, а также описания профессиональной деятельности недостаточно используются материалы современных пособий и первоисточников, допускаются фактические ошибки; представление профессиональной деятельности частично (не в полном объёме) рассматривается в контексте собственного профессионального опыта, практики его организации; при ответе используется терминология и дается ее определение без ссылки на авторов (теоретиков и практиков); ответы на вопросы не имеют логически выстроенного характера, редко используются такие мыслительные операции, как сравнение, анализ и обобщение; личная точка зрения слушателя носит формальный характер без умения её обосновывать и доказывать.

Отметка *«хорошо»* ставится, если: ответы на вопросы частично носят проблемный характер, при раскрытии особенностей развития тех или иных профессиональных идей, а также описании профессиональной деятельности используются материалы современных пособий и первоисточников; при ответе используется терминология, соответствующая конкретному периоду развития теории и практики профессиональной деятельности, где определение того или иного понятия формулируется без знания контекста его развития в системе профессионального понятийного аппарата; ответы на вопросы не имеют логически выстроенного характера, но используются такие мыслительные операции, как сравнение, анализ и обобщение; имеется личная точка зрения слушателя, основанная на фактическом и проблемном материале, приобретенной на лекционных, семинарских, практических занятиях и в результате самостоятельной работы.

Отметка *«отлично»* ставится, если: ответы на вопросы носят проблемный характер, при раскрытии особенностей развития тех или иных профессиональных идей, их описании используются материалы современных учебных пособий и первоисточников; при ответе используется терминология, соответствующая конкретному периоду развития теории и практики, и чётко формулируется определение, основанное на понимании контекста из появления данного термина в системе понятийного аппарата; ответы на вопросы имеют логически выстроенный характер, часто используются такие мыслительные операции, как сравнение, анализ и обобщение; ярко выражена личная точка зрения слушателя, при обязательном владении фактическим и проблемным материалом, полученным на лекционных, практических, семинарских занятиях и в результате самостоятельной работы.

## **4. Организационно-педагогические условия реализации программы**

### **4.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы:**

1. Писарева, Т. А. Общие основы педагогики : учебное пособие / Т. А. Писарева. — 2-е изд. — Саратов : Научная книга, 2019. — 127 с. — ISBN 978-5-9758-1759-4. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/81035.html> (дата обращения: 20.02.2021). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей

2. Психология физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: Практикум / сост.: И. А. Попова, Ю. В. Хайбуллин; ред. И.А. Попова, Ю.В. Хайбуллин - Комсомольск-на-Амуре, Саратов: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, Ай Пи Ар Медиа, 2019. - 91с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/86453.html>

3. Тулякова, О. В. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Исследование и оценка физического развития детей и подростков : учебное пособие / О. В. Тулякова. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2020. — 140 с. — ISBN 978-5-4497-0493-1. — Текст : электронный // Электронно-

библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/93803.html> (дата обращения: 20.02.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/93803>

4. Михайлов, С. С. Биохимия двигательной деятельности : учебник для вузов и колледжей физической культуры / С. С. Михайлов. — Москва : Издательство «Спорт», 2016. — 296 с. — ISBN 978-5-906839-41-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/55577.html> (дата обращения: 20.02.2021). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей

5. Граевская, Н. Д. Спортивная медицина : учебное пособие. Курс лекций и практические занятия / Н. Д. Граевская, Т. И. Долматова. — Москва : Издательство «Спорт», Человек, 2018. — 712 с. — ISBN 978-5-906839-52-7. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/77241.html> (дата обращения: 20.02.2021). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей

6. Теория физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Парыгина О. В. - Москва: Московская государственная академия водного транспорта, 2019. - 131с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/97326.html>

#### 4.2. Материально-техническое обеспечение программы

Перечень материально-технического обеспечения, необходимого для реализации программы, включает в себя:

##### 1. Специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
Аудитория №37 учебного корпуса Филиала ОмГПУ в г.Таре (ул. Школьная, 69)	- Рабочее место преподавателя; - 60 учебных мест для обучающихся; - Интерактивная панель Lumien – 1 ед. - проектор EPSON EB-84He – 1 ед.; - Экран PROJECTA COMPACT-EL 183X240DSVID – 1 ед; - Доска ДА-32(к) – 1 ед.
Аудитория №38 учебного корпуса Филиала ОмГПУ в г.Таре (ул. Школьная, 69)	- Рабочее место преподавателя; - 28 учебных мест для обучающихся; - Доска ДА-32(к) – 1 ед.; - Интерактивная панель GECKO TOUCH INTERACTIVE – 1 ед.; - Образовательный интерактивный пол «Floorium Adaptive» - 1 шт.; - Программное обеспечение «Информационный терминал UTSkids 43”» - 1 шт.; - Интерактивная песочница iSandBox – 1 шт.; Интерактивный образовательный комплекс «Играй и Развивайся» - 1 шт. «Центр» модель Творческая лаборатория (для детей) – 1 шт.

##### 2. Специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
Аудитория № 31 учебного корпуса Филиала ОмГПУ в г.Таре (ул. Школьная, 69)	- Рабочее место преподавателя; - 20 учебных мест для обучающихся; - Ноутбук HP – 5 ед.; - Ноутбук – 7 ед.; - Интерактивная панель Lumien – 1 ед.
Аудитория № 21 учебного корпуса Филиала ОмГПУ в г.Таре (ул. Школьная,	- Рабочее место преподавателя; - 20 мест для обучающихся;

69)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Компьютеры: количество – 11 ед.,</li> <li>- Доска ДА-32(к) классная – 1 шт;</li> <li>- Интерактивная панель GECKOTOUCH INTERACTIVE – 1 ед.;</li> <li>- VR HTC Vive – 4 ед.;</li> <li>- Перворобот LEGO Wedo Education – 1 шт.</li> <li>- Базовый набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.;</li> <li>- Расширенный набор MINDSTORMS EV3 LEGO EDUCATION – 8 шт.;</li> <li>- Lego Education Spike Essential – 4 шт.;</li> <li>- Lego Education Spike Prime – 4 шт.;</li> <li>- HIWONDER SPIDERBOT – 2 шт.;</li> <li>- Квадрокоптер Ryze Tello – 5 шт.4</li> <li>- Учебная модульная станция Dobot MOOZ 3DF Plus – 2 шт.</li> </ul>
Помещение для самостоятельной работы (медиазал) (ул. Школьная, 69Б)	<p>Число посадочных мест – 7;</p> <p>Обеспечение: компьютеры– 7 ед., комплектация: монитор 19 BenQ FP91G+; системный блок AMD Athlon (tm) 64*2 Dual Core Processor 4200, 2,21 ГГц, 960Мб ОЗУ; клавиатура Genius; Мышь Genius; наушники DigitalStardustSAP-830; сетевой фильтр Defehder 1,8 м; коммутатор D-linkDGS- 1016D 16*10 XXMbps неуправляемый – 1 ед., лампа настольная – 7 шт.</p>

Все указанные специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду вуза (<http://edu.omgpu.ru/>).

### 3. Специальные помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования

Наименование специального помещения	Оснащенность специального помещения
Кабинет № 20 учебного корпуса Филиала ОмГПУ в г.Таре (ул. Школьная, 69)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Стол письменный – 3 ед.;</li> <li>- Стул – 3 ед.;</li> <li>- Ноутбук HP – 1 ед.;</li> <li>- Персональный компьютер – 1 шт.</li> <li>- Видеокамера Sony HDR-SR10E – 2 ед.</li> <li>- Видеокамера Panasonic HC-V760 – 2 ед.;</li> <li>- Принтер Canon – 1 шт.;</li> <li>- Принтер Epson – 2 шт.</li> </ul>