

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«РЯЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ С.А. ЕСЕНИНА»

УТВЕРЖДАЮ  
Декан факультета  
физической культуры и спорта  
доцент П.В. Левин

  
«30» августа 2019 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**«ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ**  
**СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ»**

Уровень основной профессиональной образовательной программы:  
**бакалавриат**

Направление подготовки: **44.03.01 Педагогическое образование**

Направленность (профиль) подготовки: **Физическая культура**

Форма обучения: очная

Срок освоения ОПОП: нормативный – 4 года

Факультет: физической культуры и спорта

Кафедра: Теории и методики физического воспитания и спортивных дисциплин

## **ВВОДНАЯ ЧАСТЬ**

### **1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Целями освоения дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» являются развитие у обучающихся личностных качеств, формирование универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций в соответствии с требованиями ФГОС ВО по данному направлению подготовки, позволяющих выпускнику успешно работать в сфере физической культуры и спорта и быть устойчивым на рынке труда.

### **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВУЗА**

**2.1.** Дисциплина «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» Б1.О.06.11 относится к дисциплинам Предметно-методического модуля Б1.О.06. обязательной части Блока 1.

**2.2.** Для изучения данной дисциплины необходимы следующие предшествующие дисциплины и модули:

- История физической культуры и спорта
- Анатомия
- Легкая атлетика
- Плавание
- Гимнастика
- Спортивные игры
- Основы здорового образа жизни
- Прикладная физическая культура

**2.3.** Перечень последующих дисциплин, для которых необходимы знания, умения, владение, формируемые данной дисциплиной:

- Технологии физкультурно-спортивной деятельности
- Медико-биологический контроль
- Предмет и метод биомеханики
- Производственная (педагогическая) практика (преподавательская)
- Производственная практика (преддипломная)

## 2.4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной образовательной программы

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся общепрофессиональных (ОПК) и профессиональных (ПК) компетенций:

№ п/п	Код и содержание компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине В результате изучения дисциплины обучающиеся должны		
			Знать	Уметь	Владеть
1.	ОПК-2. Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)	ОПК-2.2. Проектирует индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- требования нормативных актов в области образования, физической культуры и спорта, нормативные документы по вопросам обучения, воспитания и развития детей и молодежи, законодательство о правах ребенка, трудовое законодательство;</li> <li>- технологии разработки (в том числе информационно-коммуникационные) и реализации основных и дополнительных образовательных программ в области физической культуры и спорта;</li> <li>- современные концепции физического воспитания, технологии организации</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с требованиями нормативных актов в области образования, физической культуры и спорта;</li> <li>- определять методы, формы и средства разработки основных и дополнительных образовательных программ по физическому воспитанию обучающихся;</li> <li>- применять инновационные методики физической культуры и спорта в</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками разработки основных и дополнительных образовательных программ в области физической культуры и спорта;</li> <li>- опытом организации деятельности обучающихся в процессе реализации основных и дополнительных образовательных программ в области физической культуры и спорта;</li> <li>- опытом осуществления педагогического контроля и оценки освоения основных</li> </ul>

			образовательного процесса (в том числе информационно-коммуникационные) и физкультурно-образовательной среды.	профессиональной деятельности.	и дополнительных образовательной программы в области физической культуры и спорта
2.	ПКО-3. Способен реализовывать образовательные программы различных уровней в соответствии с современными методиками и технологиями, в том числе информационными, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса	ПКО-3.2. Осуществляет отбор предметного содержания, методов, приемов и технологий, в том числе информационных, обучения, организационных форм учебных занятий, средств диагностики в соответствии с планируемыми результатами обучения	<ul style="list-style-type: none"> <li>- условия выбора образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения;</li> <li>- теоретические основы обучения, предметное содержание, технологии научного анализа средств, методик и технологий обучения;</li> <li>- пути достижения образовательных результатов и способы оценки результатов обучения</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять отбор учебного материала, приемов, методов, форм и средств организации процесса обучения, для достижения планируемых результатов;</li> <li>- применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы;</li> <li>- использовать современные способы оценивания в условиях информационно-коммуникационных технологий</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- способами отбора методов, приемов и технологий для организации учебных занятий, направленными на достижение планируемых результатов;</li> <li>- основами работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием;</li> <li>- навыками составления диагностических материалов для выявления уровня сформированности образовательных результатов</li> </ul>
3.	ПКО-4. Способен формировать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами	ПКО-4.3. Использует образовательный потенциал социокультурной среды региона в преподавании учебных предметов, во внеурочной деятельности	<ul style="list-style-type: none"> <li>- сущность и структуру образовательного потенциала социокультурной среды региона;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать организацию учебно-воспитательного процесса с использованием современных возможностей образовательного потенциала социокультурной среды региона для достижения планируемых результатов обучения и обеспечения его качества;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- педагогическим инструментарием для достижения планируемых результатов обучения и обеспечения качества образовательного процесса;</li> </ul>

	преподаваемых учебных предметов		<p>- современные возможности использования образовательного потенциала социокультурной среды региона для достижения планируемых результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса;</p> <p>- возможности использования образовательного потенциала социокультурной среды региона для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами избранного вида спорта.</p>	<p>- организовывать учебно-воспитательный процесс с использованием возможностей образовательного потенциала социокультурной среды региона и средств преподаваемого предмета для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения;</p> <p>- применять возможности образовательного потенциала социокультурной среды региона для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения средствами избранного вида спорта.</p>	<p>- методами и средствами организации учебно-воспитательного процесса в избранном виде спорта, используя образовательный потенциал социокультурной среды региона для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения;</p> <p>- навыками использования возможностей образовательного потенциала социокультурной среды региона для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами избранного вида спорта.</p>
4.	ПКО-6. Способен проектировать содержание образовательных программ и их элементов	ПКО-6.1. Осуществляет проектирование содержания образовательных программ и их элементов различных предметных областей	<p>- основные принципы и методы проектирования содержания образовательных программ дисциплин избранного вида спорта и их элементов;</p> <p>- структуру и содержание образовательных программ дисциплин в избранном виде спорта.</p>	<p>- критически переосмыслить алгоритмы разработки содержания образовательных программ дисциплин в избранном виде спорта и их элементов;</p> <p>- проектировать содержание образовательных программ дисциплин в избранном виде спорта и их элементов.</p>	<p>- представлениями о принципах проектирования содержания образовательных программ дисциплин в избранном виде спорта и их элементов;</p> <p>- способностью к проектированию содержания образовательных программ дисциплин в избранном виде спорта и их элементов.</p>

## ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

### 1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Всего Часов	Семестр № 7	Семестр № 8	
1. Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	<b>60</b>	24	36	
В том числе:				
Лекции (Л)	<b>12</b>		12	
Практические занятия (ПЗ), семинары (С)	<b>48</b>	24	24	
Лабораторные работы (ЛР)				
Иные виды занятий				
2. Самостоятельная работа студента (всего)	<b>48</b>	12	36	
3. Курсовая работа	КП			
	КР			
Вид промежуточной Аттестации	зачет (З)			
	экзамен (Э)	<b>36</b>	36	
ИТОГО: общая трудоемкость	часов	<b>144</b>	36	108
	зач. ед.	<b>4</b>	1	3

### 2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 2.1. Содержание разделов дисциплины

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела в дидактических единицах
7	1	<b>Формирование основных составляющих профессионализма педагога по физической культуре и спорту</b>	Организация спорта на международном, региональном и национальном уровнях. Правила, положения, календари соревнований и классификационные системы как организующие факторы в спорте.
8	2	<b>Освоение технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств</b>	Спортивная техника. Системно-структурный подход к изучению спортивных двигательных действий. Кинематические, динамические, ритмические, анатомические характеристики техники. Критерии эффективности техники.

2.2. Перечень лабораторных работ (при наличии), примерная тематика курсовых работ (при наличии)

Лабораторные работы – не предусмотрены

Курсовые работы – не предусмотрены

### 3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

Самостоятельная работа осуществляется в объеме 48 часов. Видами СРС являются:

- Подготовка к практическим занятиям
- Изучение и конспектирование основной и дополнительной литературы
- Работа со справочными материалами
- Выполнение индивидуальных домашних заданий
- Подготовка к сдаче технических нормативов
- Подготовка к зачету
- Подготовка к экзамену

### 4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

*(см. Фонд оценочных средств)*

**4.1. Рейтинговая система оценки знаний обучающихся по дисциплине (при необходимости)**

### 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 5.1. Основная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год
1	2
1	Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование: учебное пособие / под ред. Ю.Д. Железняка. - М.: Академия, 2003. - 384 с.
2	Чеснова, Е.Л. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование : учебно-методическое пособие / Е.Л. Чеснова. - М. : Директ-Медиа, 2013. - 226 с. - ISBN 978-5-4458-3079-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=210946">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=210946</a> (05.05.2016).
3	Кучешева, И.Л. Sport : учебное пособие / И.Л. Кучешева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2015. - 106 с. : табл., ил. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=429362">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=429362</a> (04.05.2016).

## 5.2. Дополнительная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год
1	2
1	Шулятьев, В.М. Физическая культура студента : учебное пособие / В.М. Шулятьев, В.С. Побыванец. - М. : Российский университет дружбы народов, 2012. - 287 с. - ISBN 978-5-209-04347-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=226786">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=226786</a> (05.05.2016).
2	Томпсон, П. Введение в теорию тренировки: Официальное руководство ИААФ по обучению легкой атлетике / П. Томпсон ; Международная Ассоциация легкоатлетических федераций, Всероссийская федерация легкой атлетики, Московский региональный центр развития ИААФ. - М. : Человек, 2013. - 191 с. : ил. - ISBN 978-5-904885-18-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=298255">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=298255</a> (04.05.2016).
3	Макеева, В.С. Теория и методика физической культуры : учебно-методическое пособие / В.С. Макеева ; Межрегиональная Академия безопасности и выживания. - Орел : МАБИВ, 2014. - 132 с. : табл. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=428644">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=428644</a> (04.05.2016).
4	Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций : учебное пособие / Г.А. Ямалетдинова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина ; науч. ред. И.В. Еркомашвили. - Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2014. - 246 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7996-1183-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=276568">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=276568</a> (04.05.2016).

## 5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

1. ВООК.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://www.book.ru> (дата обращения: 15.04. 2018).
2. East View [Электронный ресурс]: [база данных]. - Доступ к полным текстам статей научных журналов из сети РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <https://dlib.eastview.coni> (дата обращения: 15.04.2018).
3. Royal Society of Chemistry journals [Электронный ресурс] : [база данных]. – Доступ к полным текстам архива научных журналов 1841-2007 гг. из сети РГУ имени С.А. Есенина. Режим доступа: <http://pubs.rsc.org/en/Journals?key=Title&value=Current> (дата обращения: 15.04. 2018).
4. Znanium.com [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://znanium.com> (дата обращения: 15.11.2017).
5. Труды преподавателей [Электронный ресурс]: коллекция // Электронная библиотека Научной библиотеки РГУ имени С. А. Есенина. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим



- доступа: <http://dspace.rsu.edu.ru/xmlui/handle/123456789/3> (дата обращения: 15.04.2018).
6. Университетская библиотека ONLINE [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: [http://biblioclub.ru/index.php?page=main\\_ub\\_red](http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red) (дата обращения: 15.04.2018).
  7. Электронная библиотека диссертаций [Электронный ресурс] : официальный сайт / Рос. гос. б-ка. - Москва : Рос. гос. б-ка, 2003 -. - Доступ к полным текстам из комплексного читального зала НБ РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <http://diss.rsl.ru> (дата обращения: 15.04.2018).
  9. Юрайт [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <https://www.biblio-onJine.ru> (дата обращения: 20.04.2018).
  10. Лань [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа <http://e.lanbook.com> (дата обращения: 20.04.2018).

#### **5.4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины**

1. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <http://elibrarv.ru/defaultx.asp>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
2. КиберЛенинка [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/> свободный (дата обращения: 15.04.2018).
3. EqWorld. The World of Mathematical Equations [Электронный ресурс] : Международный научно-образовательный сайт. - Режим доступа: <http://eqworld.ipmnet.ru/indexr.htm>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
4. Prezentacva.ru [Электронный ресурс]: образовательный портал. - Режим доступа: <http://prezentacva.ru>. свободный (дата обращения: 15.04.2018).
5. Библиотека методических материалов для учителя [Электронный ресурс] : образовательный портал // Инфоурок. - Режим доступа: <https://infourok.ru/biblioteka>. свободный (дата обращения: 15.04.2018).
6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс] : федеральный портал. - Режим доступа: <http://window.edu.ru>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
7. Российский общеобразовательный портал [Электронный ресурс] : [образовательный портал]. - Режим доступа: <http://www.school.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15. 04.2018).
8. Российская педагогическая энциклопедия [Электронный ресурс] : электронная энцикл. // Гумер — гуманитарные науки. - Режим доступа: [http://www.gumer.info/bibliotek\\_Buks/Pedagog/resspenc/mdexphp](http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Pedagog/resspenc/mdexphp), свободный (дата обращения: 15. 04.2018).
9. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов

[Электронный ресурс] // Единое окно доступа к образовательным ресурсам. - Режим доступа: <http://fcior.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15. 04.2018).

### 5.5. Периодические издания

1. Журнал «Теория и практика физической культуры» – <http://www.teoriya.ru> (28.08.2018)
2. Журнал «Физическая культура в школе» - <http://www.shkola-press.ru> (28.08.2018)
3. Журнал «Физкультура и спорт» - <http://www.fismag.ru> (28.08.2018)

## 6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Требования к аудиториям (помещениям, местам) для проведения занятий: лекционные аудитории для проведения интерактивных лекций: видеопроектор, экран настенный, ноутбук; бассейн для проведения практических занятий, стандартно оборудованные раздевалки, плавательные доски, ласты, мячи, спасательные средства, секундомер.

## 7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: кратко, схематично фиксировать основные положения, выводы, обобщения; пометить важные мысли, выделять термины. Проверка терминов, понятий с помощью словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности. Пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии. Уделить внимание следующим понятиям:
Практические занятия	Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом (указать текст из источника и др.). прослушивание аудио- и видеозаписей по заданной теме, выполнение практических заданий по подготовке к сдаче технических нормативов и др.
Контрольная работа/индивидуальные задания	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующихся для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам, написание конспекта части урока по заданию преподавателя.

Подготовка к экзамену	При подготовке к экзамену необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.
-----------------------	--

## 8. ТРЕБОВАНИЯ К ПРОГРАММНОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Название ПО	№ лицензии, договора
MS Windows Professional 7	60816218 договор №Tr000043844 от 22.09.15г.
Kaspersky Endpoint Security	договор №14/03/2018-0142 от 30/03/2018г.
LibreOffice	свободно распространяемая
7-zip	свободно распространяемая
Fast Stone ImageViewer	свободно распространяемая
PDF ридер FoxitReader	свободно распространяемая
VLC media player	свободно распространяемая
ImageBurn	свободно распространяемая
DjVu Browser Plug-in	свободно распространяемая

## 9. ИНЫЕ СВЕДЕНИЯ