


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

 С.Б. Петрыгин

« 30 » августа 2018 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**

Рязань 2018

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями освоения дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» являются формирование компетенций в области теории, практики и методике избранного вида спорта; совершенствование профессионального и спортивного мастерства студентов во время учебы в университете.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВУЗА

2.1. Дисциплина «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» Б1.В.ОД.11 относится к Обязательным дисциплинам Вариативной части Блока 1.

2.2. Для изучения данной дисциплины необходимы следующие предшествующие дисциплины:

- История физической культуры и спорта
- Спортивное краеведение
- Анатомия
- Прикладная физическая культура

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

- Спортивные сооружения
- Теория и организация адаптивной физической культуры
- Производственная практика – Преддипломная практика;

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

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

№ п/п	Номер/индекс компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			Знать	Уметь	Владеть
1.	ОК-6	способность к самоорганизации и самообразованию	<ol style="list-style-type: none"> 1. Место и значение видов спорта в системе физического воспитания. 2. Формы, средства и методы организации и проведения занятий по видам спорта 3. Место и социальную роль тренера в подготовке спортсменов 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Определять задачи, содержание и методику тренировки 2. Организовывать и проводить физкультурно-массовые мероприятия и спортивные соревнования 3. Осуществлять работу по спорту в образовательных учреждениях 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приемами, методами, средствами обучения 2. Теоретическими основами методики обучения 3. Навыками поиска и разработки актуальных проблем физического воспитания и спорта
2.	ОК-8	готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	<ol style="list-style-type: none"> 1. Основы построение тренировочного процесса 2. Основы методики подготовки спортсмена 3. Основы управления подготовкой спортсменов 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Планировать тренировочный процесс 2. Осуществлять контроль за развитием основных двигательных способностей 3. Определять и совершенствовать физическую подготовленность 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Методикой развития основных двигательных способностей на занятиях избранным видом спорта 2. Навыками контроля за тренировочными и соревновательными нагрузками 3. Методикой многолетней подготовки спортсменов
3.	ПК-2	способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	<ol style="list-style-type: none"> 1. Объективные возможности средств и методов улучшения подготовленности спортсменов 2. Периоды развития двигательных способностей и физических качеств 3. Методику педагогического контроля при занятиях физической культурой и спортом 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Применять технологию диагностирования физического состояния спортсменов 2. Организовывать занятия спортом учащихся с образовательной и оздоровительной направленностью 3. Использовать в профессиональной деятельности конструктивные, организаторские, коммуникативные и гностические умения. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Методикой отбора и ориентации в спорте 2. Способами нормирования и контроля нагрузок на занятиях спортом 3. Методикой обучения двигательным действиям

2.5. Карта компетенций дисциплины

Наименование дисциплины		Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование			
Цели		формирование компетенций в области теории, практики и методики избранного вида спорта; совершенствование профессионального и спортивного мастерства студентов во время учебы в университете			
В процессе освоения данной дисциплины студент формирует и демонстрирует следующие					
Общекультурные компетенции					
Компетенции		Перечень компонентов	Технология формирования	Форма оценочного средства	Уровни освоения компетенции
Индекс	Формулировка				
ОК-6	способность к самоорганизации и самообразованию	<p>Знать</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Место и значение видов спорта в системе физического воспитания. 2. Формы, средства и методы организации и проведения занятий по видам спорта 3. Место и социальную роль тренера в подготовке спортсменов <p>Уметь</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Определять задачи, содержание и методику тренировки 2. Организовывать и проводить физкультурно-массовые мероприятия и спортивные соревнования 3. Осуществлять работу по спорту в образовательных учреждениях <p>Владеть</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Приемами, методами, средствами обучения 2. Теоретическими основами методики обучения 3. Навыками поиска и разработки актуальных проблем физического 	Лекции Практические занятия Дискуссии СРС	Собеседование Работа на практических занятиях Курсовая работа ИДЗ Реферат Зачет Экзамен	<p>Пороговый:</p> <p>Основы организации в области избранного вида спорта</p> <p>Повышенный:</p> <p>Проводить научно-исследовательскую и методическую работу по проблемам физического воспитания и спортивной тренировки.</p>

		воспитания и спорта			
ОК-8	готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	<p>Знать</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Основы построение тренировочного процесса 2. Основы методики подготовки спортсмена 3. Основы управления подготовкой спортсменов <p>Уметь</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Планировать тренировочный процесс 2. Осуществлять контроль за развитием основных двигательных способностей 3. Определять и совершенствовать физическую подготовленность <p>Владеть</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Методикой развития основных двигательных способностей на занятиях избранным видом спорта 2. Навыками контроля за тренировочными и соревновательными нагрузками 3. Методикой многолетней подготовки спортсменов 	Лекции Практические занятия Дискуссии СРС	Собеседование Работа на практических занятиях Курсовая работа ИДЗ Реферат Зачет Экзамен	<p>Пороговый: Использовать информацию различных методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить соответствующие коррективы.</p> <p>Повышенный: Владеть умениями и навыками психофизического самосовершенствования на основе научного представления о здоровом образе жизни.</p>
Профессиональные компетенции					
ПК-2	способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики деятельности	<p>Знать</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Объективные возможности средств и методов улучшения подготовленности спортсменов 2. Периоды развития двигательных способностей и физических качеств 3. Методику педагогического контроля при занятиях физической культурой и спортом <p>Уметь</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Применять технологию диагностирования физического состояния спортсменов 2. Организовывать занятия спортом 	Лекции Практические занятия Дискуссии СРС	Собеседование Работа на практических занятиях Курсовая работа ИДЗ Реферат Зачет Экзамен	<p>Пороговый: Знать принципы, средства и методы избранного вида спорта</p> <p>Повышенный: Применять полученные знания и умения в процессе учебно-тренировочных занятий.</p>

учащихся с образовательной и оздоровительной направленностью
3. Использовать в профессиональной деятельности конструктивные, организаторские, коммуникативные и гностические умения.

Владеть

1. Методикой отбора и ориентации в спорте
2. Способами нормирования и контроля нагрузок на занятиях спортом
3. Методикой обучения двигательным действиям

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр № 6 (часов)	Семестр № 7 (часов)
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	123	51	72
В том числе:			
Лекции (Л)	12		12
Практические занятия (ПЗ), семинары (С)	111	51	60
Лабораторные работы (ЛР)			
Самостоятельная работа студента (всего)	201	57	144
В том числе			
СРС в семестре	165	57	108
Курсовой проект (работа)	КП		
	КР		
Другие виды СРС			
Работа при подготовке к практическим занятиям	11	4	7
Выполнение индивидуальных домашних заданий	12	4	8
Изучение и конспектирование основной литературы	12	4	8
Изучение и конспектирование дополнительной литературы	12	4	8
Посещение учебно-тренировочных занятий	12	4	8
Планирование учебно-тренировочного процесса	12	4	8
Участие в соревнованиях по избранным видам спорта	13	5	8
Работа по подготовке реферата	11	4	7
Подготовка курсовой работы по избранному виду спорта	12	4	8
Подготовка к собеседованию	12	5	7
Участие в организации физкультурно-спортивных мероприятий	13	5	8
Участие в проведении соревнований	12	5	7
Подготовка к зачету	5	5	-
Подготовка к сдаче экзамена	8	-	8
Работа со словарями, энциклопедиями	8	-	8
СРС в период сессии	36		36
Вид промежуточной аттестации	Зачет		3
	Экзамен		-
ИТОГО: общая			
трудоемкость	324	108	216
	9	3	6

2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Содержание разделов дисциплины

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела в дидактических единицах
6	1	Формирование основных составляющих профессионализма педагога по физической культуре и спорту	Организация спорта на международном, региональном и национальном уровнях. Правила, положения, календари соревнований и классификационные системы как организующие факторы в спорте.
7	2	Освоение технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств	Спортивная техника. Системно-структурный подход к изучению спортивных двигательных действий. Кинематические, динамические, ритмические, анатомические характеристики техники. Критерии эффективности техники.

2.2. Разделы дисциплины, виды учебной деятельности и формы контроля

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)
			Л	ПЗ	СРС	Всего	
6	1	Формирование основных составляющих профессионализма педагога по физической культуре и спорту					
6	1	Формирование основных знаний, умений, навыков профессионализма педагога по физической культуре и спорту		51	57	108	<i>1-17 недели</i> Работа на практических занятиях, собеседование, выполнение индивидуальных домашних заданий, выполнение реферата, участие в соревнованиях
		<i>Раздел дисциплины № 1</i>	-	<i>51</i>	<i>57</i>	<i>108</i>	<i>Зачет</i>
7	2	Освоение технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств					
7	2	Освоение технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств	12	60	108	216	<i>1-12 недели</i> Работа на практических занятиях, выполнение индивидуальных домашних заданий, выполнение реферата, участие в соревнованиях
		<i>Раздел дисциплины № 2</i>	<i>12</i>	<i>60</i>	<i>108</i>	<i>216</i>	
		<i>Разделы 1-2</i>			<i>36</i>	<i>36</i>	<i>Экзамен</i>
		ИТОГО	12	111	201	324	

2.3. Лабораторный практикум не предусмотрен

2.4. Примерная тематика курсовых работ

1. Организация и проведение соревнований по избранному виду спорта.
2. Особенности тренировки юношей в избранном виде спорта.
3. Особенности тренировки девушек в избранном виде спорта.
4. Особенности тренировки женщин в избранном виде спорта.
5. Специальные упражнения в подготовительном периоде в избранном виде спорта.
6. Планирование учебно-тренировочного процесса в подготовительном периоде в избранном виде спорта.
7. Планирование учебно-тренировочного процесса в соревновательном периоде в избранном виде спорта.
8. Организация внеклассной работы по избранному виду спорта в школе.
9. Тактическая подготовка в избранном виде спорта.
10. Техническая подготовка в избранном виде спорта.
11. Психологическая подготовка в избранном виде спорта.
12. Организация, содержание и планирование работы секций избранного вида спорта.
13. Ориентация и отбор в избранном виде спорта
14. Техничко-тактическая подготовка в избранном виде спорта.
15. Особенности методики обучения технико-тактическим действиям в избранном виде спорта.
16. Психологическая подготовка в избранном виде спорта.
17. Физическая подготовка в избранном виде спорта.
18. Методика развития двигательных способностей у юных спортсменов.
19. Методика развития двигательных способностей у квалифицированных спортсменов.
20. Планирование и учет в тренировке юных спортсменов в избранном виде спорта.
21. Развитие скоростно-силовых качеств юных спортсменов
22. Определение эффективности круговой тренировки в физической подготовке
23. Исследование методики развития гибкости в избранном виде спорта
24. Построение тренировочного процесса с учетом индивидуальных показатели физической подготовленности
25. Структура соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов

3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

3.1. Виды СРС

№ семестра	№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Виды СРС	Всего часов
6	1	Формирование основных составляющих профессионализма педагога по физической культуре и спорту	Работа при подготовке к практическим занятиям	4
			Выполнение индивидуальных домашних заданий	4
			Изучение и конспектирование основной литературы	4
			Изучение и конспектирование дополнительной литературы	4
			Посещение учебно-тренировочных занятий	4
			Планирование учебно-тренировочного процесса	4
			Участие в соревнованиях в избранном виде спорта	5
			Работа по подготовке реферата	4
			Подготовка курсовой работы по избранному виду спорта	4
			Подготовка к собеседованию	5
			Участие в организации физкультурно-спортивных мероприятий	5
			Участие в проведении соревнований	5
			Подготовка к сдаче зачета	5
		Раздел дисциплины № 1		57
7	2	Освоение технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств	Работа при подготовке к практическим занятиям	7
			Выполнение индивидуальных домашних заданий	8
			Изучение и конспектирование основной литературы	8
			Изучение и конспектирование дополнительной литературы	8
			Посещение учебно-тренировочных занятий	8
			Планирование учебно-тренировочного процесса	8
			Участие в соревнованиях по избранным видам спорта	8
			Работа по подготовке реферата	7
			Подготовка курсовой работы по избранному виду спорта	8
			Подготовка к собеседованию	7
			Участие в организации физкультурно-спортивных мероприятий	8
			Участие в проведении соревнований	8
			Работа со словарями, энциклопедиями	7
Подготовка к сдаче экзамена	8			
		Раздел дисциплины № 2		108
ИТОГО за 6, 7 семестр				165

3.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по модулю

В организации самостоятельного изучения тем (вопросов) дисциплины, выполнении индивидуальных домашних заданий обучающимся помогут:

- Учебники и учебно-методические пособия по ПФСС и видам спорта библиотеки университета, имеющиеся на кафедре ТМФВ и спортивных дисциплин.

- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»

- Периодические издания – журналы: Теория и практика физической культуры; Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, спорт в школе.

ВОПРОСЫ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЯ

1. Современные требования к подготовленности спортсменов.
2. Понятие «спортивная подготовка».
3. История возникновения избранного вида спорта.
4. Спортивная подготовка как многолетний процесс.
5. Этапы многолетней спортивной подготовки.
6. Структура системы подготовки спортсменов.
7. Спортивная стратегия и тактика как компонент спортивной деятельности.
8. Единство тактики и техники.
9. Организация коллективных и индивидуальных действий.
10. Функции спортсменов в процессе спортивной деятельности.
11. Основные стороны тренировки.
12. Тренировочные нагрузки.
13. Роль тренировки в подготовке спортсменов.
14. Факторы, определяющие эффективность тренировки.
15. Специфические особенности физических качеств силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости.
16. Реализация физических качеств в двигательных действиях, спортивных навыках.
17. Развитие морально-волевых качеств и совершенствование специфических психических процессов (внимания, восприятия, регулирования психического состояния перед и во время соревнований).
18. Связь психологической подготовки с другими сторонами спортивной подготовки.
19. Питание спортсменов.
20. Использование фармакологии в процессе спортивной деятельности.
21. Специфика видов спорта и продолжительность подготовки спортсменов.
22. Особенности соревновательной и тренировочной деятельности, тенденций развития видов спорта.

23. Прогнозирование и моделирование в процессе построения многолетней подготовки спортсменов.

24. Актуальные проблемы подготовки спортсменов высокого класса, спортивных резервов, средств и методов тренировки.

25. Внедрение результатов исследования в практику подготовки спортсменов.

26. Совместная работа тренера и ученика.

ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ

1. Эволюция техники, тактики, правил соревнований и методики тренировки в избранном виде спорта.
2. Техничко-тактическая подготовка в избранном виде спорта.
3. Особенности методики обучения технико-тактическим действиям в избранном виде спорта.
4. Психологическая подготовка в избранном виде спорта.
5. Физическая подготовка в избранном виде спорта.
6. Методика развития двигательных способностей у юных спортсменов.
7. Методика развития двигательных способностей у квалифицированных спортсменов.
8. Планирование и учет в тренировке юных спортсменов в избранном виде спорта.
9. Внетренировочные факторы подготовки в избранном виде спорта.
10. Ориентация и отбор в избранном виде спорта.
11. Использование тренажеров и тренажерных устройств для совершенствования технико-тактической и физической подготовки в избранном виде спорта.
12. Комплексный контроль тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта.
13. Тренировочные нагрузки в процессе подготовки спортсменов.
14. Применение средств и методов тренировочной деятельности спортсмена.
15. Построение тренировочного процесса в годичном цикле подготовки.
16. Соотношение ОФП и СФП в многолетнем тренировочном процессе.
17. Определение понятий основных двигательных способностей и их классификация.
18. Методика развития основных кондиционных и координационных способностей.
19. Сенситивные периоды развития двигательных способностей.
20. Контроль за развитием основных двигательных способностей.
21. Внеклассная спортивная работа в общеобразовательной школе.
22. Работа по спорту в образовательных учреждениях различного типа (ДЮКФП, сельских школах, интернатах и т.д.).
23. Особенности проведения спортивных соревнований со школьниками.
24. Характеристика основных сторон подготовки спортсменов.
25. Тренировка как многолетний процесс.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

по организации самостоятельной работы студентов

В результате освоения курса, студент должен иметь большой запас знаний: общеразвивающие упражнения, упражнения для развития силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости, способности к расслаблению; специально-подводящие упражнения, специально-подготовительные упражнения, имитационные упражнения, различные игры и игровые задания.

Необходимо овладение и совершенствование техникой видов лёгкой атлетики и методикой обучения занимающихся. Знать правила соревнований и участвовать в их организации и проведении

Самостоятельная работа студентов требует специальных умений:

- умение составлять разумный режим работы;
- умение работать над информацией (составлять план текста, оформлять конспекты, тезисы, цитаты, выписки, находить справочные сведения, выделять главную мысль);
- умение производить основные мыслительные операции: анализ, синтез, сравнение, обобщение и т.д.;
- умение работать в библиотеке, пользоваться каталогами;
- написание рефератов, курсовых работ, дипломных работ;
- умение преодолевать внутренние и внешние трудности.

Для самостоятельной работы большое значение имеет компьютерное обучение. Важным этапом является и организация контроля знаний. Это собеседование, контрольные проверки и др.

4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (см. Фонд оценочных средств)

4.1. Рейтинговая система оценки знаний обучающихся по дисциплине
Рейтинговая система в Университете не используется.

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Основная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
				В библиотеке	На кафедре
1	2	3	4	5	6
1	Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование: учебное пособие / под	1-2	6-7	4	

	ред. Ю.Д. Железняк. - М.: Академия, 2003. - 384 с.				
1	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: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210946 (05.05.2016).	1-2	6-7	ЭБС	
2	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: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429362 (04.05.2016).	1-2	6-7	ЭБС	

5.2. Дополнительная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
				В библиотеке	На кафедре
1	2	3	4	5	6
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: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=226786 (05.05.2016).	1-2	6-7	ЭБС	
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: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=298255 (04.05.2016).	1-2	6-7	ЭБС	
3	Макеева, В.С. Теория и методика физической культуры : учебно-методическое пособие /	1-2	6-7	ЭБС	

	В.С. Макеева ; Межрегиональная Академия безопасности и выживания. - Орел : МАБИВ, 2014. - 132 с. : табл. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428644 (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: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=276568 (04.05.2016).	1-2	6-7	ЭБС	

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

1. BOOK.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.com> (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 (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-online.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 (модуля)

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. Prezentacya.ru [Электронный ресурс]: образовательный портал. - Режим доступа: <http://prezentacya.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>, 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).
10. Журнал «Теория и практика физической культуры» – <http://www.teoriya.ru> (28.08.2018)
11. Журнал «Физическая культура в школе» - <http://www.shkola->

press.ru (28.08.2018)

12. Журнал «Физкультура и спорт» - <http://www.fismag.ru> (28.08.2018)

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Требования к аудиториям (помещениям, местам) для проведения занятий: Стандартно оборудованные лекционные аудитории для проведения интерактивных лекций: видеопроектор, экран настенный, др. оборудование или компьютерный класс. Легкоатлетический манеж и стадион для проведения практических занятий, лекционные аудитории для проведения тестов. Компьютерный класс (для выполнения компьютерных тестов).

6.2. Требования к оборудованию рабочих мест преподавателя и обучающихся: видеопроектор, ноутбук, переносной экран.

6.3. Требования к специализированному оборудованию: легкоатлетический манеж, стадион, спортивный зал, бассейн и др.

7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Интерактивные занятия стандартом ФГОС ВО не предусмотрены

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, 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.
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.) и др.
Домашняя работа	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.

Тестирование	Работа с конспектом основной и дополнительной литературы, подготовка ответов на вопросы.
Подготовка экзамену	При подготовке к экзамену необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

9. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ

- чтение лекций с использованием слайд-презентаций
- возможность консультирования обучающихся преподавателями посредством электронной почты
- компьютерное тестирование

10. Требования к программному обеспечению учебного процесса:

Перечень информационных технологий (лицензионное программное обеспечение, информационно-справочные системы)

Название ПО	№ лицензии
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 Image Viewer	свободно распространяемая
PDF ридер FoxitReader	свободно распространяемая
VLC media player	свободно распространяемая
ImageBurn	свободно распространяемая
DjVu Browser Plug-in	свободно распространяемая

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине для промежуточного контроля успеваемости

№ п/п	Контролируемые разделы дисциплины	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочных средств
1	Формирование основных составляющих профессионализма педагога по физической культуре и спорту	ОК-6, ОК-8, ПК-2	Зачет Экзамен
2	Освоение технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств		

ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Индекс компетенции	Содержание компетенции	Элементы компетенции	Индекс элемента
ОК-6	способность к самоорганизации и самообразованию	знать	
		1. Место и значение видов спорта в системе физического воспитания	ОК6 31
		2. Формы, средства и методы организации и проведения занятий по видам спорта	ОК6 32
		3. Место и социальную роль тренера в подготовке спортсменов	ОК633
		уметь	
		1. Определять задачи, содержание и методику тренировки	ОК6 У1
		2. Организовывать и проводить физкультурно-массовые мероприятия и спортивные соревнования	ОК6 У2
		3. Осуществлять работу по спорту в образовательных учреждениях	ОК6 У3
		Владеть	
		1. Приемами, методами, средствами обучения	ОК6 В1
2. Теоретическими основами методики обучения	ОК6 В2		

		3. Навыками поиска и разработки актуальных проблем физического воспитания и спорта	ОК6 В3
ОК-8	готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	знать	
		1. Основы построение тренировочного процесса	ОК8 З1
		2. Основы методики подготовки спортсмена	ОК8 З2
		3. Основы управления подготовкой спортсменов	ОК8 З3
		Уметь	
		1. Планировать тренировочный процесс	ОК8 У1
		2. Осуществлять контроль за развитием основных двигательных способностей	ОК8 У2
		3. Определять и совершенствовать физическую подготовленность	ОК8 У3
		Владеть	
		1. Методикой развития основных двигательных способностей на занятиях избранным видом спорта	ОК8 В1
		2. Навыками контроля за тренировочными и соревновательными нагрузками	ОК8 В2
		3. Методикой многолетней подготовки спортсменов	ОК8 В3
		ПК-2	способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики
1. Объективные возможности средств и методов улучшения подготовленности спортсменов	ПК2 З1		
2. Периоды развития двигательных способностей и физических качеств	ПК2 З2		
3. Методику педагогического контроля при занятиях физической культурой и спортом	ПК2 З3		
уметь			
1. Применять технологию диагностирования физического состояния спортсменов	ПК2 У1		
2. Организовывать занятия спортом учащихся с образовательной и оздоровительной направленностью	ПК2 У2		
3. Использовать в профессиональной деятельности конструктивные, организаторские, коммуникативные и гностические умения.	ПК2 У3		
владеть			
1. Методикой отбора и ориентации в спорте	ПК2 В1		
2. Способами нормирования и контроля нагрузок на занятиях спортом	ПК2 В2		
		3. Методикой обучения двигательным действиям	ПК2 В3

КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

6 семестр (Зачет по разделу 1)

№	Содержание оценочного средства	Индекс оцениваемой компетенции и ее элементов
1	Средства и методы, применяемые в подготовительном периоде в циклических видах спорта	ПК2 В3
2	Средства и методы, применяемые в соревновательном периоде	ОК6 В2,3, ОК8 В1
3	Основные виды подготовки пловца	ПК4 32, У3
4	Массовое обучение плаванию детей в детских садах, домашних условиях	ОПК2 31, У1, В3
5	Организация и проведение соревнований по баскетболу	ОК5 31, ПК7 У3, ОК5 В1
6	Характеристика и применение игрового метода тренировки	ПК2 У2
7	Подготовительные упражнения, для освоения с водной средой и их последовательность	ОК8 В3; ПК4 У2, В2
8	Методика проведения подготовительных упражнений на суше и в воде	ОК8 У1; ОПК2 В2,3
9	Виды лыжного спорта. Их характеристика.	ОК-6 33, ПК-2 У2
10	Классификация соревнований по лыжным гонкам. Составление заявок на соревнование.	ОК-6 31, ПК-7 В1
11	Игры на лыжах.	ОК-6 У1, ПК-2 В2
12	Факторы, обуславливающие эффективность соревновательной деятельности	ОК8 У1, ПК2 В2, ПК2 В2
13	Двигательные качества и их развитие в баскетболе	ПК2 32, ПК1 У1, ПК2 В3
14	Циклический характер структуры тренировочного процесса: малые (микро-), средние (мезо-), большие (макро-) циклы.	ОК8 В12, ПК2 У1
15	Спортивная техника как система элементов движений, направленных на решение двигательных задач в процессе соревновательной деятельности.	ПК2 У1, В3
16	Объем и интенсивность нагрузки в зависимости от возраста учащихся.	ОК8 33, ПК2 31
17	Особенности организации учебно-тренировочной работы в ДЮСШ, СДЮШОР, ДЮКФП	ОК6 33, ОК6 У3, ПК2 31, ПК2 У3
18	Взаимосвязь подвижных игр и спортивных игр (волейбола, баскетбола, футбола)	ПК7 31, ОК5 У1, ОК5 В3
19	Общая схема обучения плаванию	ОК6 У1; ОПК2 В2,3
20	Составления положения о соревнованиях по	ОПК2 У1

	плаванию	
21	Внеурочные формы занятий по лыжам.	ОК-6 В3, ПК-7 32
22	Развитие физических качеств и повышение уровня общей работоспособности на уроках по лыжной подготовке.	ОК-6 У2, ПК-2 31
23	Организация учебно-тренировочной работы по лыжному спорту с лицами различного контингента (по полу, по возрасту, спортивной подготовленности)	ОК-6 33, ПК-2 У2
24	Годичные и полугодовые тренировочные циклы.	ОК8 33, ПК2 В3, ОК8 В3,
25	Плавание в дошкольных и средних учебных заведениях	ОК8 В1
26	Типы уроков, их характеристика и значение	ОК8 33, В1; ПК4 33, В1, ОПК2 В1

КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

7 семестр (Экзамен по разделу 1-2)

№	Содержание оценочного средства	Индекс оцениваемой компетенции и ее элементов
1	Значение периода вкатывания в лыжном спорте	ОК6 31
2	Месячное планирование в весенне-летнем этапе подготовительного периода	ОК6 31, ОК8 33
3	Месячное планирование в летне-осеннем этапе в лыжных гонках	ОК6 У2, ОК8 33
4	Месячное планирование в соревновательном периоде в избранном виде спорта	ОК8 В2, ОК8 33
5	Месячное планирование тренировочного процесса в подготовительном периоде в циклических видах спорта.	ОК6 32, ОК8 31, 3
6	Недельное (2-я неделя) планирование в летне-осеннем этапе в лыжных гонках.	ОК8 31, 3
7	Недельное планирование в соревновательном периоде (2-я неделя месяца) в игровых видах спорта.	ОК8 33
8	Недельное планирование на этапе подготовительного периода (2-я неделя месяца)	ОК6 В1,
9	Недельное планирование перед главным стартом в соревновательном периоде	ОК6 В2
10	Средства и методы, применяемые в подготовительном периоде	ПК2 В3
11	Средства и методы тренировки в переходном	ОК8 32, ОК6 В3, ПК2 В1,2

	периоде.	
12	Средства и методы, применяемые в соревновательном периоде	ОК6 В2,3, ОК8 В1
13	Средства и методы, применяемые на этапе подготовительного периода	ОК6 В1,3, ОК8 В1
14	Средства, применяемые на этапе подготовительного периода	ОК6 В1,3, ОК8 У3, ПК2 32
15	Средства тренировки в соревновательном периоде	ОК6 В1,3, ОК8 У2, ПК2 У1
16	Характеристика и применение игрового метода тренировки	ПК2 У2
17	Характеристика и применение интегрального метода тренировки	ПК2 У2
18	Характеристика и применение интервального метода тренировки	ОК6 У2, ОПК1 У1
19	Характеристика и применение контрольного метода тренировки	ОК8 32, ПК2 32
20	Характеристика и применение кругового метода тренировки	ОК6 32, ОК8 31
21	Характеристика и применение метода тренировки фартлек	ОК6 32, ОК8 31
22	Характеристика и применение переменного метода тренировки	ОК6 32, ОК8 31
23	Характеристика и применение повторного метода тренировки	ОК6 У1, ПК2 В2
24	Характеристика и применение сопряженного метода тренировки	ОК6 У1, ПК2 В2
25	Характеристика и применение соревновательного метода тренировки	ПК2 В1
26	Характеристика равномерного метода тренировки и его применение	ОК8 У1, ПК2 В2
27	Факторы, обуславливающие эффективность соревновательной деятельности	ОК8 У1, ПК2 В2, ПК2 В2
28	Основные закономерности тренировки, дидактические основы тренировочного процесса.	ОК8 В2, ПК2 У1, ПК2 В2
29	Циклический характер структуры тренировочного процесса: малые (микро-), средние (мезо-), большие (макро-) циклы.	ОК8 В12, ПК2 У1
30	Спортивная техника как система элементов движений, направленных на решение двигательных задач в процессе соревновательной деятельности.	ПК2 У1, В3
31	Объем и интенсивность нагрузки в зависимости от возраста учащихся.	ОК8 33, ПК2 31
32	Особенности организации учебно-тренировочной работы в ДЮСШ, СДЮШОР, ДЮКФП	ОК6 33, ОК6 У3, ПК2 31, ПК2 У3
33	Многолетнее, годичное и текущее планирование	ОК8 33, ОК8 В3, ПК2 31

34	Особенности тренировочного процесса спортсменов высокой квалификации.	ПК2 У3
35	Спортивная стратегия и тактика. Стратегия и тактика как компоненты соревновательной деятельности и их единство.	ПК2 У3, ПК2 В3
36	Технология физической подготовки. Задачи, средства, методы.	ОК8 У3,
37	Физическая подготовка в процессе формирования спортивных навыков, в процессе совершенствования технико-тактического мастерства спортсменов.	ОК8 У3,
38	Этап максимальной реализации спортивных возможностей, продолжительность в зависимости от специфики избранного вида спорта.	ПК2 У3, ОК8 З3, ПК2 В3
39	Годичные и полугодовые тренировочные циклы.	ОК8 З3, ПК2 В3, ОК8 В3,
40	Подготовительный период (общеподготовительный этап, специально-подготовительный этап) цели и задачи, продолжительность в избранном виде спорта.	ОК8 З2, ПК2 В12
41	Соревновательный период, цели и задачи, продолжительность в избранном виде спорта.	ОК8 В2, ПК2 У1, ПК2 В2
42	Переходный период, цели и задачи, продолжительность в избранном виде спорта	ОК8 В12, ПК2 У1
43	Направленность тренировочного воздействия. Интенсивность нагрузки.	ПК2 У1
44	Объем тренировочной нагрузки в избранном виде спорта.	ПК2 З1, ПК2 В3
45	Характер отдыха и его продолжительность.	ПК2 З3, ПК2 З1
46	Соревновательные нагрузки, их характеристика	ОК8 З3, ПК2 З1, 3
47	Этапы и задачи отбора.	ОПК1 У1
48	Определение понятий «утомление» и «восстановление».	ПК2 З3, В1
49	Определение фаз восстановления по данным ЧСС. Характеристика явления «суперкомпенсации» Дифференцирование тренировочных нагрузок на основе сроков восстановления.	ПК2 З3, ПК2 В1,2
50	Классификация средств восстановления: педагогических, психологических, медико-биологических.	ПК2 У3, В3
51	Комплексный подход к организации тренировочного процесса	ОК8 З3, ПК2 В3
52	Планирование как функция управления.	ОК8 З3, ПК2 В3

ПОКАЗАТЕЛИ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ (Шкалы оценивания)

Результаты выполнения обучающимся заданий на зачете оцениваются «зачтено», «не зачтено».

В основе оценивания лежат критерии порогового и повышенного уровня характеристик компетенций или их составляющих частей, формируемых на учебных занятиях по дисциплине (Таблица 2.5 рабочей программы дисциплины).

«Зачтено» – оценка соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.

«Зачтено» – оценка выставляется обучающемуся, который не достигает порогового уровня, демонстрирует непонимание проблемы, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки и неточности, демонстрирует недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.

«Не зачтено» – оценка соответствует пороговому уровню и выставляется обучающемуся, если он не знает значительной части программного материала, не усвоил его деталей, допускает существенные ошибки и неточности, демонстрирует недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.

ПОКАЗАТЕЛИ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ (Шкалы оценивания)

Результаты выполнения обучающимся заданий оцениваются на экзамене - по пятибалльной шкале.

В основе оценивания лежат критерии порогового и повышенного уровня характеристик компетенций или их составляющих частей, формируемых на учебных занятиях по дисциплине (Таблица рабочей программы дисциплины 2.5).

Отлично» (5) – оценка соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его

излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.

«Хорошо» (4) – оценка соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос или выполнении заданий, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

«Удовлетворительно» (3) – оценка соответствует пороговому уровню и выставляется обучающемуся, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, демонстрирует недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.

«Неудовлетворительно» (2) – оценка выставляется обучающемуся, который не достигает порогового уровня, демонстрирует непонимание проблемы, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы.